

NAOCUZHONG

KANGFU ZHINAN



脑卒中 康复指南

张介眉 陈国华 主编



中国医药科技出版社

脑卒中康复指南

主 编 张介眉 陈国华

中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书简要介绍了康复与康复医学、康复医学评定,系统介绍了神经发育促进技术、关节活动技术、作业疗法、中医传统疗法等脑卒中的康复治疗技术,重点介绍了脑卒中及其常见并发症的康复与康复护理。全书深入浅出,内容丰富,文图并茂,既可供临床广大医护人员参考,也可供中风病人及其家属阅读。

图书在版编目(CIP)数据

脑卒中康复指南/张介眉,陈国华主编. —北京:中国医药科技出版社, 2006.6

ISBN 7-5067-3439-7

I. 脑… II. ①张…②陈… III. 中风—康复—指南
IV. R743.3-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 063208 号

美术编辑 陈君杞

责任校对 张学军

版式设计 程 明

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100088

电话 010-62244206

网址 www.cspyp.cn www.mpsky.com.cn

规格 850×1168mm $\frac{1}{32}$

印张 8 $\frac{1}{2}$

字数 208 千字

印数 1—4000

版次 2006 年 7 月第 1 版

印次 2006 年 7 月第 1 次印刷

印刷 北京市朝阳区小红门印刷厂

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 7-5067-3439-7/R·2859

定价 17.00 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

目 录

第一章 康复概论·····	(1)
第一节 残疾的概论及分类·····	(1)
第二节 康复与康复医学概述·····	(4)
第二章 康复医学评定·····	(10)
第一节 脑卒中的康复功能评定·····	(10)
一、躯体运动功能评定·····	(11)
二、日常生活活动能力评定·····	(20)
三、平衡与协调功能评定·····	(27)
四、步态分析·····	(30)
第二节 言语功能的康复评定·····	(34)
一、概述·····	(34)
二、语言形成的解剖生理基础·····	(34)
三、言语功能评定的目的·····	(35)
四、失语症的分类及特点·····	(35)
五、失语症评估内容概述·····	(38)
六、失语症调查的基本内容·····	(39)
七、失语症常见症状·····	(40)
八、失语症检查法·····	(42)
九、失语症严重程度的评定·····	(47)
十、构音障碍·····	(47)
第三节 心理精神评定·····	(58)
一、脑卒中的心理评定·····	(60)
二、认知功能评定·····	(64)

2 目 录

三、情绪评定·····	(67)
第三章 脑卒中康复治疗技术·····	(70)
第一节 神经发育促进技术·····	(70)
一、神经发育促进技术基本原理·····	(70)
二、各种神经发育促进技术的特点·····	(71)
三、各种神经发育促进技术的理论要点与实施步骤 ·····	(72)
第二节 脑卒中的关节活动技术·····	(85)
一、肩胛骨的活动训练方法·····	(86)
二、肩关节活动训练方法·····	(86)
三、肘关节活动训练方法·····	(87)
四、腕关节活动训练方法·····	(89)
五、手指关节活动训练方法·····	(90)
六、髋和膝关节活动训练方法·····	(90)
七、踝关节活动训练方法·····	(92)
八、脑卒中患者做关节被动运动的作用·····	(93)
九、脑卒中患者做关节被动运动时的注意事项·····	(93)
第三节 作业疗法·····	(94)
一、概述·····	(94)
二、作业活动训练的内容·····	(95)
三、脑卒中职业技能训练·····	(107)
四、脑卒中患者改造生活、工作环境的指导·····	(110)
五、脑卒中患者使用康复辅助用具的训练和指导·····	(112)
第四节 中医传统疗法·····	(127)
一、针灸疗法·····	(127)
二、按摩疗法·····	(138)
三、气功·····	(143)
四、传统运动疗法·····	(144)

五、其他·····	(146)
第四章 脑卒中的康复·····	(147)
第一节 脑卒中的康复概述·····	(147)
一、脑卒中的基本知识·····	(147)
二、脑卒中后肢体瘫痪的性质·····	(150)
三、脑卒中的异常运动模式分析·····	(151)
四、脑卒中的康复机制·····	(152)
五、脑卒中康复的原则·····	(153)
六、脑卒中康复的适应症和禁忌症·····	(154)
七、脑卒中康复治疗流程·····	(155)
第二节 脑卒中运动功能的康复·····	(156)
一、脑卒中偏瘫的康复·····	(156)
二、脑卒中共济失调的康复·····	(171)
三、脑卒中感觉障碍的康复·····	(174)
四、影响脑卒中康复的因素·····	(176)
五、脑卒中的总体预后·····	(177)
第三节 脑卒中的康复随访及预防·····	(178)
一、脑卒中的康复随访·····	(178)
二、脑卒中的预防·····	(180)
第四节 吞咽功能障碍的康复·····	(181)
第五节 言语障碍的康复·····	(188)
一、言语康复的理论基础·····	(188)
二、失语症·····	(189)
三、构音障碍·····	(199)
第六节 膀胱功能障碍的康复·····	(205)
第七节 心理障碍的康复·····	(208)
第五章 脑卒中常见合并症及康复治疗·····	(215)
第一节 肩关节半脱位·····	(215)

4 目 录

第二节	肩痛·····	(218)
第三节	肩-手综合征·····	(220)
第四节	废用性肌萎缩·····	(223)
第五节	直立性低血压·····	(225)
第六节	肢体肿胀·····	(227)
第七节	痉挛·····	(229)
第八节	误用综合征·····	(233)
第九节	压疮·····	(236)
第十节	关节挛缩·····	(240)
第六章	脑卒中的康复护理·····	(243)
第一节	康复护理与一般护理的异同·····	(243)
第二节	脑卒中患者的康复护理·····	(245)
一、	康复护理程序·····	(245)
二、	脑卒中患者康复的分期护理·····	(246)
三、	心理护理及康复训练时注意事项·····	(250)
第三节	预防并发症·····	(251)
一、	预防感染·····	(251)
二、	消化道症状护理·····	(253)
第四节	脑卒中患者的家庭康复护理·····	(254)
一、	睡姿的选择·····	(254)
二、	改变姿势·····	(255)
三、	如何穿脱衣服·····	(256)
参考文献	·····	(258)

第一章 康复概论

第一节 残疾的概论及分类

(一) 概论

残疾是因疾病、外伤、先天发育欠缺所致的身、心功能障碍，从而不同程度地降低或丧失正常生活、工作和学习的一种状态。

(二) 致残原因

(1) 疾病

- ①传染病 如脊髓灰质炎、乙型脑炎、脊柱结核等。
- ②慢性病和老年病 如脑卒中、类风湿性关节炎等。

(2) 营养不良。

(3) 遗传因素。

(4) 意外事故。

(5) 物理、化学因素。

(6) 社会、心理因素等。

(三) 残疾分类

1. 国际残疾分类 将残疾划分为3个独立的类别，即残损、残疾和残障。根据疾病对机体组织器官功能的损害及个体生存能力的影响而制定不同的对策。

2 第一章 康复概论

(1) 残损 又称“结构功能缺损”，是指人的心理上、生理上或某个解剖结构或功能的异常与丧失，为生物器官水平的残疾。主要对策为治疗。

(2) 残疾 又称“个体能力障碍”、“残弱”、“失能”，是由于残损使能力受限或缺乏，不能以正常的方式和范围内进行活动，为个体水平的残疾。主要对策为代偿，如由于某种原因损伤，使伸指功能受限，使用伸指支具补偿部分失去的能力。

(3) 残障 又称“社会能力障碍”，是指一个人由于残损或残疾，而限制或阻碍一个人完成正常的生活、学习和工作，限制了患者参与社会生活的活动，为社会水平的残疾。主要对策为适应，应体现社会要为残疾人创造多方面的条件去适应他们，使之参与社会。如为使用轮椅者加宽道路等。

2. 我国的残疾分类 对全国残疾人进行了抽样调查，在此基础上进行了分类，按残疾部位分为以下 5 类。

- (1) 视力残疾。
- (2) 听力语言残疾。
- (3) 智力残疾。
- (4) 肢体残疾。
- (5) 精神残疾。

(四) 残疾的康复目标及治疗原则

1. 康复目标 基本目标是改善身心、社会、职业功能，使残疾人能在某种意义上像正常人那样过着积极的生产性的生活。

(1) 在可能的情况下，使残疾人能够生活自理，回归社会，劳动就业，经济自主。

(2) 由于残疾严重、残疾人老龄等，不能达到上述目标的情况下，要增进残疾人自理程度，保持现有功能或延缓功能衰退。

2. 治疗原则 针对国际残疾分类的 3 个类别，也就是残疾

的 3 个侧面，予以不同的治疗原则。

(1) 残损

①恢复或改善存在的功能障碍。

②预防和治疗并发症。

③调整心理状态，加强接受与克服心理障碍的能力。

(2) 残疾

①利用和加强残存的功能，如偏瘫的健肢单手操作等。

②支具、轮椅、辅助器的装备和使用，以补偿功能的不足。

(3) 残障 以采取改善居住、家庭、社会环境为基本原则。
如住宅、公共建筑设施改建等。

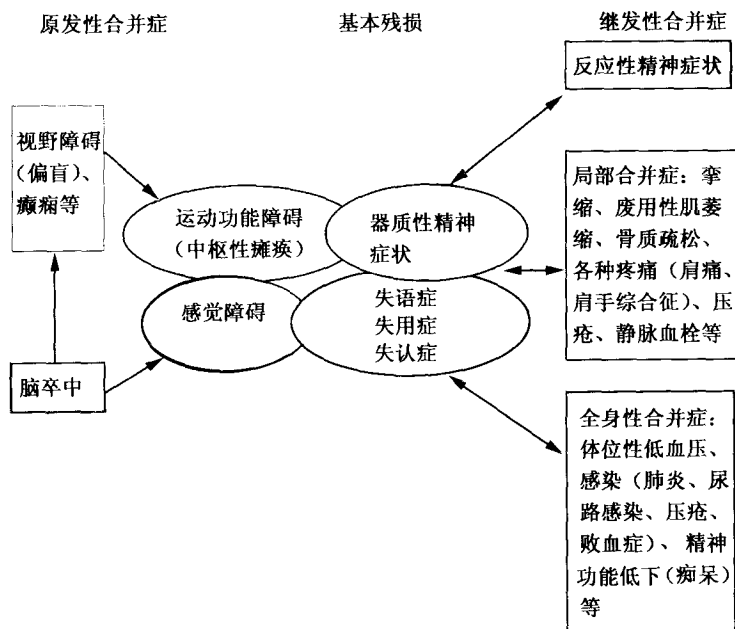


图 1-1 偏瘫的残疾示意图

(五) 脑卒中所致偏瘫的残疾内容

偏瘫患者的残损是残疾和残障的基础，是脑卒中康复医学研究的重点。因其既有基本残损，又有涉及到身体、精神诸症状的复杂的综合的残损，同时，因原发和继发合并症的出现，使残损的程度有所增加。(图 1-1)

第二节 康复与康复医学概述

(一) 康复的定义

康复是指应用医学科学及其有关技术，使有功能障碍的患者的潜在能力和残存能力得到充分发挥的方法和过程。

(二) 康复的内容

包括医学康复、康复工程、教育康复、社会康复、职业康复而构成全面康复。

(三) 康复医学的定义

康复医学是医学的重要分支，是促进病、伤、残者康复的医学学科，是医学的第四方面，与保健、预防、临床共同组成全面医学。康复医学理论是围绕着功能障碍和恢复的研究而形成的。

(四) 康复医学的工作特点

康复医学包括康复评定、康复治疗和康复预防。

1. 康复评定 是康复治疗的基础，没有评定就无法规划治疗、评价治疗。康复评定不是为残疾者寻找疾病的病因和诊断，

而是客观地、准确地确定功能障碍的性质、部位、范围、严重程度、发展趋势、预后和转归。脑卒中患者会产生不同程度的运动、感觉、语言、认知等功能障碍，这些障碍直接导致患者不同程度的能力下降。根据这些功能障碍来确定能力下降的程度，如行走能力、交流能力、日常生活能力等，称之为脑卒中的康复评定，它可客观地、准确地评定脑卒中患者的功能障碍的性质、部位、范围、程度，并估计其发展、预后和转归，为康复治疗打下科学的基础。

(1) 康复评定的内容 包括躯体功能评定、精神心理功能评定、言语功能评定、社会功能评定、吞咽功能评定和膀胱功能评定。

①躯体功能评定 一般包括偏瘫肢体肌力评定、肌张力评定、步态分析、日常生活活动能力评定等。

②心理功能评定 包括中风后心理状态评定、情绪评定、失认症评定、失用症评定和智力评定等。

③言语功能评定 包括失语症评定、构音障碍的评定等。

④社会功能评定 包括社会生活能力评定、生活质量评定、就业能力评定等。

⑤吞咽功能评定、膀胱功能评定等。

(2) 康复评定分期

①初期评定 一般在患者入院初期完成（最迟不超过入院后7天）。目的是全面了解患者功能状况和障碍程度、致残原因、康复潜力，据此确定康复目标和制定康复治疗计划。

②中期评定 在康复治疗中期进行。目的是经过康复治疗后，了解患者功能改善的情况和存在的问题，为康复治疗计划的修订提供参考。

③后期评定 在康复治疗结束时进行。目的是经过康复治疗后，评定患者总的功能状况，评价康复治疗的效果，提出重返家

6 第一章 康复概论

庭和社会或做进一步康复治疗的建议。

(3) 通过评定确定治疗目标 对患者功能障碍的种类、严重程度和主要功能障碍有了正确全面的了解以后,治疗的重点即可明确,通过康复治疗和训练,预期使患者的功能障碍恢复到何种水平,这种水平即是治疗需要达到的目标。衡量这种水平应有明确的指标,最基本的指标是患者的生活自理能力恢复的水平;其次是对家庭及社会的适应能力的恢复水平和就业能力恢复程度等作为指针。

(4) 康复治疗目标

①近期目标 是康复治疗初步阶段的目标。

②中期目标 是康复治疗过程过半时应达到的目标。

③出院目标 是患者治疗结束时应达到的目标。

④远期目标 是患者出院后回归家庭和社会后所能达到的水平。

注意:康复评定要综合各专业评定结果的意见,根据功能障碍的主次,对康复治疗的先后顺序做出合理的安排。影响患者生活自理能力最严重的和患者感到最痛苦和最迫切希望解决的应予优先考虑。

2. 康复治疗 是根据康复评定所明确的障碍部位和程度,从而规划、设计康复治疗方案,有机地、协调地来运用各种治疗手段。有关脑卒中的康复治疗方法很多,主要有物理治疗、作业治疗、言语治疗、心理治疗、康复医学工程和社区康复以及传统疗法。

(1) 物理治疗 (PT) 目前常用于脑卒中康复的 PT 主要有电疗法和运动疗法,其中前者常用的有功能性电刺激,后者包括 Rood 方法、Bobath 方法、Brunnstrom 方法、PNF 方法和 MRP 方法等。

(2) 作业治疗 (OT) 根据患者的需要 (包括日常生活、

家庭生活和社会生活), 将经过选择的、有目的的作业活动用于脑卒中患者的功能训练。

(3) 言语治疗 (ST) 用于脑卒中康复主要是针对失语症和构音障碍的治疗, 以提高患者的语言理解和表达能力, 恢复其交流功能, 为重返社会创造条件。

(4) 心理治疗 (Psy) 通过言行, 或结合其他特殊的手段 (如音乐、生物反馈等) 来纠正病人异常行为 (如情绪障碍、不正确的认识活动) 的治疗方法。心理治疗的目的是使病人充分发挥其主观能动性, 积极参加有关的治疗活动, 以获得更好的治疗效果。

(5) 中医传统疗法 脑卒中属于中医学的中风范畴。其原因多由脏腑气血不和, 阴阳平衡失调, 又因七情太过等诱发, 导致肝风内动, 气血痰互结, 阻于清窍, 横窜经络而成。常用方法有中药治疗和针灸治疗等。

(6) 社区康复 (CBR) 它是指在社区的层次上采取的康复措施, 利用和依靠社区的力量, 对残疾人进行以家庭为基地, 或以乡、镇 (街道) 为基地的功能训练和其他简易康复治疗, 改善其生活处理能力和劳动能力, 使其逐步适应家庭生活和社会生活。脑卒中患者的功能恢复是一个比较长期的过程, 以医院为基地的康复只能为少部分患者解决一些复杂的困难的残疾问题, 多数患者必须在社区进行功能训练。因此, 患者本人及其家属的参与是 CBR 的重要内容, 对促进患者的功能恢复有积极的作用。

3. 康复预防 康复医学同临床医学一样, 以预防为主, 早期应采取各种康复预防措施, 防止残疾及功能障碍的发生、发展。

(五) 康复医学的工作方式

1. 康复医疗小组成立 需要组成康复治疗小组, 由康复医

师、运动治疗师 (PT)、作业治疗师 (OT)、言语矫治师 (ST)、心理治疗师 (Psy)、康复护士、康复工程师 (RE) 等组成。在康复医师领导下, 各种专业人员对患者进行检查评定, 讨论患者的功能障碍的性质、部位、严重程度、发展趋势、预后、转归, 然后由康复医师归纳总结为一个完整的、分阶段性的治疗计划, 由各专业分头付诸实施。

(1) 专业人员

①康复医师 主要是组织和监督病人的康复治疗程序、康复治疗的执行及完成情况。康复医师必须对病人存在的问题, 进行全面了解, 要充分掌握病人的一般情况、预后、障碍的特征, 指导康复的进程, 提出促进恢复的治疗方案及康复目标。

②心理医师 (Psy) 主要是协助解决病人在康复中存在的心理障碍, 如抑郁、焦虑、紧张, 需用神经心理测试的方法, 对病人进行做一系列的心理评估, 并进行相应的神经心理治疗, 消除心理障碍, 促使病人的康复治疗顺利进行, 心理医师在康复小组中的作用是极为重要的。

③康复护士 主要是在基本护理的基础上, 帮助病人达到近期的和远期的康复目标。康复护士必须参与部分康复治疗, 如定时变换体位, 良好的肢位摆放, 关节被动活动, 指导及帮助病人进行日常生活活动动作的训练, 如进食、洗漱、穿衣等。

④语言治疗师 (ST) 主要是对病人的交流能力 (听、说、读、写等功能方面) 进行评定和训练。此外, 也对病人的吞咽和认知功能进行评定, 并协助反复训练。

⑤运动治疗师 (PT) 他的任务是应用神经肌肉促进技术对病人进行促进功能运动范围、平衡、耐久性的训练和一些日常生活活动的训练, 如床上移动、转移、轮椅操作和步态, 以提高病人的运动功能的水平和生活质量。

⑥作业治疗师 (OT) 主要是集中在为了提高日常生活能

力而进行上肢及下肢的运动功能的训练,日常生活能力训练,包括进食、穿衣、洗漱、修饰、上厕所及室内活动的技巧。选择合适的辅助工具协助上肢及下肢功能,提高日常生活能力的水平,指导改造病人居住及工作环境,以适应病人的要求,最大程度保证病人安全及独立。

(2) 家属及社会工作者 家属应该是小组成员,让家属参与患者的训练,可鼓励患者能主动参与自己的康复训练,对患者的康复治疗及恢复起到积极的作用。社会工作者是协助沟通病人及家属与社会的联系,帮助解决病人的工作、学习问题,同时协助小组其他成员与病人家属的交流,提出改变病人的生活、工作的建议,协助病人重新回到工作、学习岗位。

(3) 康复工程师(RE) 是根据康复医师、运动、作业治疗师对病人功能障碍存在的问题而提出的需要,来设计制作与病人障碍有关的支具及矫形器,以帮助病人达到自理。

2. 康复小组人员构成示意图 见图 1-2。

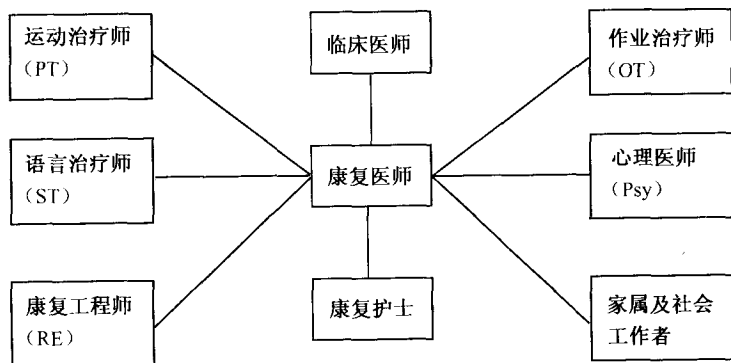


图 1-2 康复小组人员构成示意图

第二章 康复医学评定

第一节 脑卒中的康复功能评定

脑卒中的康复功能评定是对患者的功能状态及潜在能力进行评测，以确定患者目前的功能障碍程度或残存功能及潜力，并做出合理的诊断，以指导康复医师制订有效的治疗计划。它是脑卒中康复医疗的重要组成部分，贯穿于整个康复过程，它不仅可以观察治疗的效果，而且可以发现病情各个阶段的变化，并有针对性地正确治疗，估计患者的预后和结局。康复评定的过程一般分为初期、中期和后期评定。初期评定即康复治疗前的评定，主要是了解患者因脑损伤所造成功能障碍的程度和尚存的功能，为制定近、中期康复目标、康复治疗计划和估测预后提供依据；中期评定即康复治疗期间评定，可以了解患者功能改善的情况和存在的问题，为康复治疗计划的修订提供参考；后期评定是出院前评定，主要判断康复治疗效果，为脑卒中患者能否重返工作岗位、回归社会提供依据，并为出院后提供家庭训练计划，同时也为某项技术和疗法的临床应用与科研提供有价值的资料。

功能评定通常使用量表作为评测工具，由于脑卒中患者所致偏瘫是由许多病因引起的临床症候群之一，因此，对脑卒中患者进行评估时，应分别评价各项有关的因素如：躯体运动功能、感觉功能、认知功能、言语功能、情感功能、甚至环境不利因素等。