

百问 中风康复



BAIWEN ZHONGFENG KANGFU

刘刚 © 主编



什么是中风？

为什么会中风？

什么人更容易中风？

家属如何督促患者进行康复训练？

家属如何协助患者和医生沟通？

《百问中风康复》

为您答疑解惑，架起医患沟通的桥梁。

中山大学出版社

百问 中风康复



BAIWEN ZHONGFENG KANGFU

刘刚 © 主编



中山大学出版社
· 广州 ·

版权所有 翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

百问中风康复/刘刚主编. —广州: 中山大学出版社, 2011. 10
ISBN 978 - 7 - 306 - 04000 - 8

I. ①百… II. ①刘… III. ①中风—基本知识 IV. ①R743.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 197024 号

出版人: 祁 军

策划编辑: 张海昕

责任编辑: 赵丽华

封面设计: 曾 斌

插图设计: 刘 楠

责任校对: 张礼凤

责任技编: 黄少伟

出版发行: 中山大学出版社

电 话: 编辑部 020 - 84111996, 84113349, 84110779, 84111997

发行部 020 - 84111998, 84111981, 84111160

地 址: 广州市新港西路 135 号

邮 编: 510275 传 真: 020 - 84036565

网 址: <http://www.zsup.com.cn>

E-mail: zdcbs@mail.sysu.edu.cn

印 刷 者: 广州市新明光印刷有限公司

规 格: 880mm × 1230mm 1/32 5 印张 100 千字

版次印次: 2011 年 10 月第 1 版 2011 年 10 月第 1 次印刷

印 数: 1 ~ 10000 册 定 价: 15.00 元

如发现本书因印装质量影响阅读, 请与出版社发行部联系调换

《百问中风康复》

编辑委员会

顾问：钟旭敏

主审：聂斌

主编：刘刚

编委：（以姓氏笔画为序）

王沛龙	叶美玲	丘苑飞	丘艳红	吕丽琼
朱冬娇	池响峰	庄彦飞	关浩峰	李翠香
张瑜	张晓燕	林勉	林妙君	周杰
周嘉澄	邱晓佳	陈志勇	贺青涛	袁智先
徐凯	高海燕	黄云声	梁迪赛	程慧
赖冬冬	魏东			

序

我国有庞大的中风患者群体，中风后的各种功能障碍给家庭和社会带来了沉重的负担。提高中风康复的整体疗效是每一个康复工作者义不容辞的责任。

刘刚博士作为年青一代的神经康复工作者，勤于钻研，积极探索，将浓厚的中医药特色和现代医学诊疗优势相结合，致力于探索中西医结合治疗中风的新路。刘刚博士在繁重的临床工作之余，通过对临床经验的及时总结，编写了这本图文并茂的《百问中风康复》。本书从对中风康复的早期介入、现代康复治疗手段、传统康复治疗技术、康复护理和生活起居等方面对中风康复做了全面介绍，行文深入浅出、通俗易懂，体现了作

者全面的康复工作理念。

在平时的工作中，我们不但强调医护人员在中风康复中的重要性，更注重中风康复观念的宣传和教育。本书作为中风康复的入门书籍，对于提高医护人员、在校学生、患者及家属对中风康复的全面认识有着积极的意义。

王俊华

2011 年 9 月

(王俊华，广东省康复医学会神经
康复专业委员会主任委员)

前 言

随着人口的老龄化，我国每年新发中风患者超过 200 万，中风后约有 65% 的患者可以存活，存活者中超过 60% 生活不能自理，给家庭和社会造成了巨大的负担。

对中风患者及早地进行康复干预已经成为国际公认的治疗原则。就我国目前的康复资源来说，尚不能满足所有中风患者都可以接受到早期康复治疗，这就使得患者功能障碍的恢复期更长、并发症更多。

中医药技术在中风康复领域发挥着巨大的作用，其显著的临床疗效已经被实践所证明。正确使用各项传统治疗技术，结合现代康复训练，可以有效地提高临床康复疗效。

中医学强调“辨证论治”，现代医学也强调个

目 录

第一章 认识中风	1
1. 什么是中风?	1
2. 为什么会中风?	2
3. 中风的危险因素有哪些?	3
4. 哪些更容易中风?	5
5. 中风有没有前兆症状?	8
6. 突然发生中风后,患者家属可以做些什么?	10
7. 中风后病程是怎样分期的?	12
8. 中风后常见的表现是什么?	13
9. 什么是中风的三级预防?	14
10. 中风会遗传吗?	14
11. 中风是否会导致残疾?	15
12. 什么样的生活方式有助于避免中风?	15
第二章 高度重视中风患者的康复治疗	17
1. 中风后为什么需要康复?	17

百问中风康复

2. 中风后多久可以开始康复治疗？	19
3. 中风后早期康复是否会加重病情？	22
4. 中风后康复治疗的效果如何？	23
5. 康复治疗是否可以减轻家庭负担？	25
6. 康复治疗是否可以减少后遗症的发生？	27
7. 中风进入后遗症期还需要康复治疗吗？	28
8. 昏迷的病人是否可以接受康复治疗？	29
第三章 中风康复相关概念	32
1. 什么是康复治疗小组？	32
2. 康复医生和康复治疗师的工作侧重 有何不同？	32
3. 什么是康复评定？	33
4. 康复训练的短期目标和长期目标是什么？	34
5. 现代医学的中风康复治疗手段有哪些？	35
6. 传统医学的中风康复治疗手段有哪些？	35
7. 采取什么样的康复模式更有利于 中风康复？	35
8. 中风康复治疗的一般程序和内容有哪些？	36

目 录

9. 什么是 PT?	38
10. 什么是 OT?	39
11. 什么是 ST?	39
12. 什么是物理因子治疗?	40
13. 高压氧治疗中风有效吗?	41
14. 高压氧治疗有什么禁忌证?	42
第四章 运动功能的康复	44
1. 中风后肢体运动功能恢复的一般规律是 什么?	44
2. 什么是硬瘫?	46
3. 什么是软瘫?	46
4. 良肢位摆放的重要性是什么?	46
5. 什么叫共同运动? 什么叫联合反应?	49
6. 肌力和肌张力有哪些不同?	49
7. 肌张力是不是越高越好?	50
8. 如何防止肌体肌肉痉挛?	51
9. 哪些方法可以缓解肌肉痉挛?	52
10. A 型肉毒毒素治疗肌肉痉挛的作用机理 是什么?	54

百问中风康复

11. 如何防止肩关节半脱位?	54
12. 什么是主动训练? 有什么作用?	55
13. 什么是被动训练? 有什么作用?	57
14. 平衡功能训练要注意什么?	58
15. 为什么强调步态的重要性?	59
16. 如何防止康复训练中的运动损伤?	61
17. 如何选择轮椅和手杖?	62
18. 电动起立床训练有什么作用?	62
第五章 言语及吞咽功能的康复	64
1. 什么叫失语?	64
2. 中风后为什么会失语?	65
3. 失语的病人如何进行康复治疗? 家属需要 做些什么配合治疗?	65
4. 失语和构音障碍的区别是什么?	68
5. 为什么中风后会饮水呛咳, 不能吃东西?	68
6. 饮水呛咳的巨大危险是什么?	70
7. 饮水呛咳的患者需要注意什么?	71
8. 吞咽障碍如何进行康复治疗?	72

目 录

9. 吞咽障碍者食物如何备制?	74
10. 鼻饲当中有哪些注意事项?	76
11. 如何选择鼻饲营养液?	77
12. 为什么要拔鼻饲管?	77
13. 何时拔鼻饲管?	78
14. 针灸治疗如何解决吞咽障碍?	78
第六章 中风常见并发症的康复治疗	80
1. 什么是肩手综合征?	80
2. 中风病人为什么会肩痛?	81
3. 偏瘫侧肢体为什么会肿胀?	82
4. 如何预防肩手综合征?	84
5. 手指肿胀有哪些治疗方法?	85
6. 中风后为什么会抽搐?	86
7. 如何预防继发性癫痫?	86
8. 当癫痫发作时,如何应急处理?	88
9. 中风后尿失禁及尿潴留怎么办?	90
10. 中风后尿失禁及尿潴留的康复治疗 方法有哪些?	91

百问中风康复

11. 中风后便秘如何处理？	93
12. 为什么中风后容易发生肺部感染？	94
13. 有什么方法可以预防肺部感染？	95
14. 气管切开的病人能否接受高压氧治疗？	96
15. 如何防止压疮？	96
16. 如何防止足下垂和足内翻？	99
17. 中风后患者为什么会“发脾气”及情绪 亢奋？	100
18. 中风后为什么会失眠？	101
19. 什么是中风后抑郁？	104
20. 如何对中风患者进行精神及情绪方面的 康复治疗？	107
21. 什么叫醒状昏迷？	111
第七章 传统医学在中风康复中的应用	112
1. 针灸治疗中风效果如何？疗程多久？	112
2. 运用针灸治疗中风有哪些注意事项？	113
3. 什么是三针疗法？	114
4. 什么是三三进针法？	115

目 录

5. 针灸是否可以缓解肌肉痉挛?	115
6. 推拿治疗和康复训练有哪些区别?	116
7. 中药内服治疗中风的思路是什么?	118
8. 什么是五行音乐疗法?	119
9. 中药熏洗有什么作用?	120
10. 恢复期的患者是否需要服用安宫牛黄丸? 何时服用效果好?	121
11. 艾灸有什么作用?	123
12. 什么是鼻吸药氧疗法?	124
第八章 康复护理的重要性	126
1. 家属在病人康复过程中起什么作用?	126
2. 如何进行心理护理?	127
3. 如何调理中风患者的饮食?	127
4. 煲什么汤给中风患者喝?	129
5. 食用高档营养品必要吗?	130
6. 为何要关注患者的“入口”和“出口”?	131
7. 家属如何督促患者进行康复训练?	132
8. 家属如何协助患者和医师沟通?	136

第一章 认识中风

1. 什么是中风?

中风也叫脑卒中。它是以猝然昏倒，不省人事，伴发口角歪斜、语言不利，继而出现半身不遂为主要症状的一类疾病。由于本病发病率高、死亡率高、致残率高、复发率高以及并发症多的特点，所以医学界把它与冠心病、癌症并列为威胁人类健康的三大疾病。





2. 为什么会中风?

发生中风主要是因为脑动脉硬化，高血脂、高血糖、高血压、冠心病、脑血管畸形等疾病控制不好，遇到气候变化、情绪激动等诱发因素引起脑血管急性缺血或出血，而产生一系列中风的症状。



有以上疾病就会加速动脉硬化，
进而堵塞脑血管。

3. 中风的危险因素有哪些？

中风的危险因素主要有七种。

①高血压：有高血压的人中风的机会是没有高血压的人的2~4倍。血压越高，中风的危险性也越高。

②心脏病：多种心脏病与中风有密切的关系。心房颤动使得中风的机会提高5倍，当合并风湿