

编著 江秋玲 李培霞
主审 裘国松

脑血管病人 家庭护理

问

74

山东科学技术出版社

99
R473.74
12
2

脑血管病人家庭护理 200 问

编著 江秋玲 李培霞
主审 裴国松

119, 207/20

山东科学技术出版社



3 0061 5395 5

脑血管病人家庭护理 200 问

编著 江秋玲 李培霞

主审 裘国松

*

山东科学技术出版社出版

(济南市玉函路 16 号 邮编 250002)

山东科学技术出版社出版

(济南市玉函路 16 号 电话 2014651)

莒县印刷厂印刷

*

787mm×1092mm 1/32 开本 7.625 印张 157 千字

1999 年 8 月第 1 版 1999 年 8 月第 1 次印刷

印数: 1—1000

ISBN 7—5331—2486—3

R·749 定价: 16.00 元

图书在版编目(C I P)数据

脑血管病人家庭护理 200 问 / 江秋玲, 李培霞编著. - 济南: 山东科学技术出版社, 1999. 8

ISBN 7-5331-2486-3

I. 脑... II. ①江... ②李... III. 脑血管疾病-护理, 家庭 IV. R473. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 32945 号

序

脑血管病对人类的危害之大是人所共知的,据全世界 18 个国家的统计,每年每 1000 人中就有 1 人死于脑血管病,而且幸存者中还有大量丧失了工作或生活能力。我国已步入老龄化国家的行列,且近年来此病尚有向年轻化发展的趋势,给社会、家庭带来沉重的负担。

脑血管病在治疗上,近十余年来有了长足的发展,但仍有众多病人需在急性期稍过后在家庭中进行康复。这类慢性病人在医疗上,尤其在护理上,需“三分治,七分养”,所谓“养”就是正确的护理,重点是家庭护理。因脑血管病而瘫痪的病人,在家庭的条件下,如何康复是一个亟待解决的问题。目前卫生改革中大力推行社区医疗及社区服务,家庭护理也悄然而生,使众多的瘫痪病人通过家庭护理而逐渐得到康复。针对大量繁重的家庭护理技术、病情观察、功能训练及家庭用药等问题,《脑血管病人家庭护理 200 问》一书,就是为满足广大病人及其家属的渴求而出版的。作者从事神经内科护理工作多年,具有扎实的专业理

论基础及丰富的临床经验,广征博引,兼收并蓄。本书具有内容丰富,重点突出,言简意赅,科学实用,便于掌握的特点。本书不仅适用于脑血管病人及其家属阅读,也适合基层护理人员参考。

《脑血管病人家庭护理 200 问》诚使“今昔护林玄奥术,飞入寻常百姓家”,实为家庭护理之佳作,万千脑血管病人之良友。今喜悉新作,不胜欣慰,特著数言于卷首,权以为序。

愿脑血管病人早日康复!

王常卿

1999 年 4 月于青岛

甲
乙
甲
乙

前 言

脑血管病是一种发病率、致残率、死亡率均极高的疾病。脑血管病患者在急性期,治疗是救命的关键;在以后的功能恢复中护理是一个漫长而又复杂的工作,特别是家庭护理起着至关重要的作用,很多同样年龄、同种疾病、同样情况出院的患者,由于各自家庭护理的质量不同,再入院时竟出现了明显的差别。可见,脑血管病人的家庭护理是何等的重要。

作者根据自己多年的临床经验,多次与家庭病床科的同行深入到社区进行实地操作与指导,深受广大患者及其亲属的欢迎。在此基础上,翻阅了部分有关文献,将脑血管疾病的护理知识整理编写成册,以供广大脑血管病患者、家属及基层医务人员阅读。

本书在编写过程中,承蒙医院领导、脑血管病专家等人员大力支持,在此深表谢意。

由于本人水平有限,书中难免出现缺点和错误,诚恳希望广大读者给予批评指正。

作者

1999年4月

目 录

病情观察基础

1. 什么叫脑血管病? (1)
2. 什么叫中风? (1)
3. 人脑是由哪几部分组成的? (2)
4. 脑血管病是如何分类的? (3)
5. 脑血管病人出现头痛是怎么回事? (3)
6. 脑血管病人出现眩晕是怎么回事? (4)
7. 脑血管病人为什么会出现呕吐? (5)
8. 脑血管病人为什么会出现颅内压增高? (6)
9. 脑血管病人为什么会出现昏迷? (6)
10. 脑血管病人为什么出现偏瘫? (7)
11. 如何检查和判断肢体的瘫痪程度? (7)
12. 脑血管病人为什么会出现失语? (8)
13. 什么叫失语? 失语有哪几种? (9)
14. 脑血管病人为什么会出现失用症? (10)
15. 脑血管病人为什么会出现失认症? (10)
16. 脑血管病人为什么会出现失读症? (11)
17. 急性脑血管病时血压有什么变化? (11)
18. 脑血管病出现呼吸异常时应想到什么? (12)
19. 急性脑血管病时脉搏、体温有什么变化? (12)

20. 脑血管病人为什么会出现鼾声呼吸? (13)
21. 颅内压增高为什么会发生脑疝? (13)
22. 脑血管病人为什么会出现大小便障碍? (14)
23. 脑血管病人为什么容易出现肺内感染? (15)
24. 脑血管病人为什么出现肢体麻木? (15)
25. 脑血管病人为什么会有睡眠改变? (16)
26. 脑血管病人为什么会出现球麻痹? (16)
27. 何谓丘脑痛? 表现如何? (17)
28. 脑血管疾病的后果如何? (17)
29. 得了脑血管病可以活多少年? (18)
30. 为什么说脑血管病人的家庭护理是十分重要的?
..... (19)

家庭护理基础

31. 家庭中如何观察和测量体温? (21)
32. 发热的家庭护理要点有哪些? (21)
33. 家庭中如何观察和测量脉搏? (22)
34. 脉搏增快怎么办? (23)
35. 脉搏减慢怎么办? (23)
36. 家庭中如何观察和测量呼吸? (24)
37. 发现呼吸困难怎么办? (25)
38. 缺氧有哪些表现? 如何早期发现缺氧症? ... (26)
39. 家庭中如何使用氧气袋? (28)
40. 家庭中如何观察和测量血压? (28)
41. 血压增高怎么办? (30)
42. 血压降低怎么办? (31)
43. 高血压病人应注意什么? (32)

44. 长期卧床病人应注意什么? (33)
45. 如何帮助长期卧床病人翻身? (33)
46. 对生活不能自理的病人为什么要做口腔护理?
..... (34)
47. 怎样为生活不能自理的病人做口腔护理? ... (34)
48. 为什么要对长期卧床的病人进行皮肤护理?
..... (35)
49. 如何帮助生活不能自理者做好头发护理? ... (36)
50. 在家中如何对生活不能自理的病人进行床上
擦浴? (36)
51. 如何整理长期卧床者床铺和更换被服? (37)
52. 家庭中如何做好长期卧床者的晨晚间护理?
..... (38)
53. 如何给病人正确服药? (39)
54. 病人在家输液时应注意什么? (40)
55. 如何观察病人的尿液? (42)
56. 如何观察病人的粪便? (44)
57. 如何收集大小便标本? (45)
58. 家庭中如何观察病情变化? (46)
59. 家用消毒方法有哪些? (49)
60. 如何搞好居室内的环境? (53)

医学护理知识

61. 什么是高血压脑病? (55)
62. 高血压脑病的临床表现有哪些? (55)
63. 发现高血压脑病时怎么办? (56)
64. 什么是短暂性脑缺血发作? (57)

65. 短暂性脑缺血发作常有哪些临床表现?	
其诊断标准怎样掌握?	(57)
66. 短暂性脑缺血发作的预后如何?	(58)
67. 什么是脑血栓形成?	(59)
68. 脑梗塞、脑软化与脑血栓形成是一回事吗?	
.....	(59)
69. 脑血栓形成有哪些常见的先兆症状?	(60)
70. 如何观察脑梗塞病人的病情变化?	(60)
71. 如何护理脑血栓病人?	(63)
72. 吸烟和饮酒对脑血栓有什么影响?	(65)
73. 脑血栓后遗症还能治好吗?	(66)
74. 什么是脑栓塞?	(66)
75. 引起脑栓塞的危险因素有哪些?	(67)
76. 脑栓塞常有什么临床表现?	(68)
77. 怎样护理脑栓塞病人?	(68)
78. 什么是脑出血?	(69)
79. 引起脑出血的病因有哪些?	(69)
80. 脑出血的发病与哪些因素有关?	(71)
81. 脑出血常发生在什么部位?	(71)
82. 不同部位的脑出血临床表现是怎样的?	(72)
83. 怎样护理脑出血病人?	(73)
84. 桥脑出血的临床观察有什么特点?	(76)
85. 什么是蛛网膜下腔出血?	(77)
86. 蛛网膜下腔出血常见症状有哪些?	(78)
87. 蛛网膜下腔出血会有什么后遗症?	(78)
88. 怎样护理蛛网膜下腔出血病人?	(79)

89. 急性脑血管病致应激性高血糖病人怎样护理? (81)

90. 怎样护理脑出血并肺水肿的病人? (83)

护理技术与技巧

91. 在家里如何抢救中风病人? (85)
92. 脑血管病急性期可有哪些严重并发症? (86)
93. 怎样判断脑血管病急性期病情的轻与重? ... (88)
94. 如何护理中风急性期病人? (89)
95. 中风病人出现高热时如何护理? (91)
96. 怎样护理中风昏迷病人的眼睛? (92)
97. 怎样防止脑血管病人坠床? (92)
98. 对球麻痹病人如何护理? (93)
99. 中风病人精神失常如何护理? (94)
100. 对昼夜颠倒的病人怎样护理? (94)
101. 脑血管病继发癫痫怎样护理? (95)
102. 脑血管病人出现小便失常如何护理? (96)
103. 脑血管病人出现大便失常如何护理? (97)
104. 脑血管病人的瘫痪肢体怎样护理? (98)
105. 何谓褥疮? 怎样预防? (99)
106. 怎样为卧床病人做皮肤护理? (100)
107. 褥疮如何分期? 怎样护理褥疮? (101)
108. 怎样护理脑血管病人的日常饮食? (102)
109. 怎样为昏迷病人插鼻饲管? (103)
110. 怎样配制鼻饲混合奶? (104)
111. 混合奶中能否加药物? (105)
112. 怎样为尿潴留病人导尿? (105)

- 113. 怎样固定和留置导尿管? (108)
- 114. 怎样做膀胱冲洗及滴药? (109)
- 115. 怎样为瘫痪病人应用热水袋? (110)
- 116. 怎样为脑出血伴发热病人使用冰袋? (111)
- 117. 怎样为病人做超声雾化吸入疗法? (111)
- 118. 家庭中怎样为病人做肌肉注射? (113)
- 119. 怎样为病人进行氧气吸入疗法? (114)
- 120. 怎样为心跳、呼吸骤停的病人做徒手心肺
复苏? (115)

预测与预防

- 121. 哪些病人宜进行中风预测? (118)
- 122. 目前采用哪些检查项目预测中风? (118)
- 123. 血液流变学变化与脑血管病有何关系? ... (119)
- 124. 血小板聚集与脑血管病有何关系? (120)
- 125. 多普勒血流测试能预测脑血管病吗? (120)
- 126. 为什么说颈动脉杂音有助于预测脑血管病?
..... (121)
- 127. 怎样预防脑血管病的发生? (122)
- 128. 怎样自我预防脑血管病? (123)
- 129. 怎样预防脑动脉硬化? (123)
- 130. 如何从饮食方面预防脑动脉硬化? (124)
- 131. 治疗高血压为什么可以预防脑血管病? ... (125)
- 132. 为什么说控制一过性脑缺血发作是预防中
风的关键? (126)
- 133. 如何预防短暂性脑缺血发作? (126)
- 134. 应如何预防脑血栓再复发? (128)

135. 脑栓塞为什么容易再次复发？如何预防？
..... (129)
136. 如何自我防治高血压脑病？ (129)
137. 怎样预防和护理急性脑血管病再出血？ ... (132)
138. 为什么说预防脑血管病要从幼年开始？ ... (134)
139. 中老年时期怎样预防脑血管病？ (134)
140. 为什么秋冬季更应注意预防脑血管病？ ... (135)
141. 为什么不良情绪能诱发脑血管病？ (136)
142. 高血压病人怎样进行冬季保健？ (137)
143. 脑血管病预报的意义如何？ (138)
144. 血液流变学怎样协助预报脑血管病？ (138)
145. 怎样看血液流变学报告结果？ (140)
146. 如何消除脑血管病的诱发因素？ (141)
147. 怎样利用饮食疗法预防脑血管病？ (143)
148. 体育锻炼对预防脑血管病有什么好处？ ... (144)
149. 对脑血管病的预防医学保护有哪些内容？
..... (144)
150. 预防脑血管病的综合性措施有哪些？ (145)

家庭康复护理

151. 怎样做好脑血管病人的家庭康复？ (147)
152. 脑血管病急性期、康复期和后遗症期是怎样
划分的？ (147)
153. 脑血管病的康复内容包括哪些？ (148)
154. 脑血管病人的后遗症有哪些？ (149)
155. 脑血管病的康复治疗什么时候开始为宜？
..... (151)

156. 脑血管病后运动功能恢复的六个阶段是怎样划分的？	(152)
157. 什么是联合反应？偏瘫时有何影响？	(153)
158. 脑血管病康复过程中应注意什么？	(153)
159. 脑血管病人怎样做被动运动？	(154)
160. 脑血管病人怎样做主动运动？	(155)
161. 偏瘫病人应采取什么样的卧位？	(156)
162. 偏瘫病人怎样从仰卧位转向侧卧位？	(157)
163. 仰卧位时怎样抑制下肢痉挛？	(158)
164. 偏瘫病人呈坐位时应注意什么？	(158)
165. 偏瘫病人怎样从卧位到翻身坐起？	(159)
166. 怎样训练坐位平衡？	(159)
167. 怎样进行从坐到站的练习？	(160)
168. 怎样训练站立平衡？	(161)
169. 步行训练时应注意什么？	(162)
170. 怎样做持拐杖步行训练？	(163)
171. 怎样进行上下步行梯训练？	(163)
172. 怎样做自助上肢活动？	(164)
173. 怎样对偏瘫病人进行家庭按摩？	(165)
174. 适用于中风病人的按摩手法有哪些？	(166)
175. 按摩的原则有哪些？	(168)
176. 偏瘫病人怎样做自我按摩？	(168)
177. 怎样进行语言康复训练？	(169)
178. 怎样自我用脑锻炼？	(170)
179. 偏瘫病人如何利用日常生活进行功能锻炼？	(171)

180. 怎样科学安排生活起居? (172)

家庭饮食

181. 血脂过高与脑血管病有何关系? (174)
182. 蛋白质对脑血管疾病有何影响? (174)
183. 为什么说限制食盐能减少脑血管病的发生?
..... (175)
184. 吸烟和饮酒对脑血管病的发作有何影响?
..... (176)
185. 胖与瘦对脑血管病的发生有何影响? (177)
186. 饮食不节与脑血管病有何关系? (178)
187. 如何选择脑血管病人的一般性食物? (178)
188. 怎样安排一般脑血管病人的饮食? (179)
189. 怎样安排脑血管病人饮食时间与次数? ... (180)
190. 如何掌握脑血管病人饮食的种类和数量?
..... (181)
191. 脑血管病人在饮食方面应注意什么? (181)
192. 高血压病患者怎样选择食物? (182)
193. 高血压病人的饮食调养应注意什么? (183)
194. 降低血压的食疗方有哪些? (184)
195. 高胆固醇、高脂血症病人饮食应注意什么?
..... (186)
196. 降低血脂的食疗方有哪些? (187)
197. 降低血脂和血压作用的常用食品有哪些?
..... (188)
198. 肥胖症病人饮食应注意什么? (190)
199. 肥胖者如何利用正确的饮食方法减轻体重? (191)

200. 胖人宜选用哪些肉类食品?	(193)
201. 动脉粥样硬化的病人怎样控制膳食胆固醇摄入?	(193)
202. 脑动脉粥样硬化病人饮食应注意什么? ...	(195)
203. 怎样调配脑血管病伴高血糖病患者的饮食?	(196)
204. 便秘者应怎样调配饮食?	(199)
205. 健脑增智食品有哪些?	(200)
206. 饮茶能预防脑血管病吗?	(202)
207. 脑血管病人在哪种情况下不宜饮茶?	(202)
208. 常饮牛奶对预防脑血管病有何益处?	(203)
209. 脑血管病人的药用食物有哪些?	(204)
210. 怎样制作家庭药粥?	(204)
附:家庭药箱	(207)