

脑卒中的康复

脑卒中的康复1 (2)

脑卒中的康复原则

一、康复应尽早进行。在缺血性脑卒中时，只要病人神智清楚，生命体征平稳，病情不再发展48小时后即可进行。高血压、实质性脑出血一般宜在10-14天后进行。

二、康复实质是“学习、锻炼、再锻炼、再学习”。调动剩余脑组织的重组和再功能。要求病人理解并积极投入才能取得康复成效。

三、除运动康复外尚应注意言语、认知、心理、职业与社会康复等。

脑卒中中的康复原则

四、脑卒中的特点是“障碍与疾病共存”，故康复应与治疗并进。同时进行全面的监护与治疗。

五、在急性期，康复运动主要是抑制异常的原始反射活动，重建正常运动模式，其次才是加强肌肉力量的训练。卒中康复是一个改变“质”的训练，旨在建立病人的主动运动，要保护病人，防止并发症发生。

脑卒中中的康复原则

六、要严密观察和关切卒中病人有无抑郁、焦虑。它们会严重地影响康复进行和功效。

七、约40%脑卒中病人可有复发，对此应加强相应预防措施。

八、业已证实一些药物，如苯丙胺，嗅隐亭分别对肢体运动和言语功能的恢复以及巴氯氛对抑制痉挛状态有效。可乐定，哌唑嗪，苯妥英钠，安定，氟哌啶醇对急性期运动恢复产生不利影响，故应少用或不用。

康复专业人员组成及康复病房

(一) 康复医师：医师是康复小组中的核心。医师的责任心和业务水平直接影响康复效果。要求该医师有较扎实的神经科临床知识，同时具备专业康复知识。其职能是：对发病初期的患者进行全面的评估和预测病情的转归，制定个体化综合治疗措施及各阶段的康复方案，尽快查清危险因素

(二) 护士：作为康复小组的一员，康复护士除从事常规日常工作外，还应在医师的指导下从事包括基本康复的康复护理工作。如能早期对患者进行良好的康复护理，将能有效的预防废用、误用症候群的发生。目前，脑血管病的康复在我国刚刚起步，专业康复护士为数很少，康复护士可从有神经科护理经验的护士中挑选，有医师进行康复教学，如有条件最好在正规康复中心接受一段时间的专门教育。

※ (三) 治疗士：包括：理学治疗士 作业治疗士 言语治疗士 心理治疗士

理学治疗士和作业治疗士的职能是尽可能减少患者体能上的残疾和因躯体残疾所造成的生活、工作之不便。

言语治疗士的工作是针对急性脑血管病造成的失语、构音障碍、言语运用障碍等进行诊断和治疗，恢复患者的交流能力。

心理治疗士的职能是去除患者的心理障碍，是患者能更好的配合治疗。

社会工作者的职能是关注家庭关系、职业关系、朋友关系、社会福利状况，指导患者回归社会的方法、注意点。

康复病房以容纳4个人为理想。病房内设施应便于偏瘫患者使用，如使用压力式热水瓶、采用坐式恭桶、门把手及水龙头开关采用较容易把持的式样等。病号服应宽松肥大，层次简单，衣着方便，衣扣、裤带的设计应以方便患者使用为原则。

✧ 康复前的准备工作

一、评估

1. 患者全身状态的评估：如患者的全身状态、年龄、合并症、既往史、主要脏器的机能状态等。
2. 患者功能状态的评估：包括意识、智能，言语障碍及肢体伤残程度等。
3. 心理状态的评估：包括抑郁症，无欲状态、焦虑状态、患者个性等。
4. 患者本身素质及家庭条件的评估：如患者爱好、职业、所受教育、经济条件、家庭环境、患者同家属间的关系等。
5. 对其丧失功能的自然恢复情况进行预测。

❖ 二、确定康复目标

康复目标可分为近期目标及远期目标。

近期目标是指从执行康复治疗开始一个月要求达到的康复目标。

远期目标是指康复治疗三个月后应达到的康复目标，这是最终目标，即病人通过系统康复治疗最终能康复到什么程度：如独立生活、部分独立部分介助、回归社会、回归家庭等等。

康复目标必须根据病人情况作修正，因为最初制定目标和实际达到的目标是有距离的、因此必须对每一病人每一个月举行一次评价会议，评价一下是否达到了目标，如果达到了那么制定新的目标及计划，如果没有达到，那么要分析其原因，变更目标，修正训练内容。

为实施具体的康复治疗，必须根据每位病人的功能障碍、能力障碍、社会不利的具体情况制定康复目标。

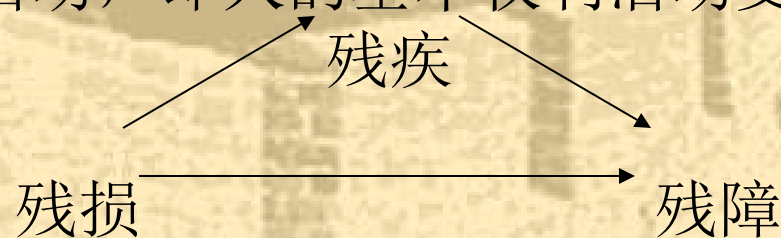
康复目标的制定不仅仅是由医疗部门，而是由一个康复小组集体进行制定。

脑卒中的康复流程

- 卧床期（急性期，早期）：体位交换，保持良好体位，进行被动运动，起坐训练，床上运动训练和开始ADL训练。
- 离床期：坐位运动、平衡运动，起坐训练，言语训练，认知功能训练，ADL训练，开始作业疗法（OT）训练。
- 步行期：步行训练（平行杠内，跨步与二点步行与拐杖步行训练等）；上下阶梯，跨栏等实际步行训练以至最后的独立步行训练。言语、认知，ADL与OT继续训练。

脑卒中的功能障碍评定

- 脑卒中后常有的功能障碍：偏瘫，两侧瘫，言语障碍，认知功能障碍与情感障碍等，应选用国际通用量表进行评定。
- 脑卒中后的障碍有三个层次，即残损（impairment），有生理、解剖结构和运动功能缺失或异常。残疾（disability），有个体能力受到限制、缺失或不能正常完成某项任务。残障（handicap），个体已不能充分参加社交活动，即人的基本权利活动受到影响。
- 三者关系：



残损处理得好可不发展为残疾或残障

脑卒中.残损水平评定

- 意识状态评定：格拉斯哥昏迷量表，MMSE量表与Hachinski量表评定
- 肌力评定：Lovett六级肌力评定法
- 肌张力评定：Ashworth或修订量表评定
- 运动功能评定：Fugl-Meyer(FMA)量表，运动评估量表(MAS),Brunnstrom或Mathew量表

脑卒中神经功能缺损量表评定 —残损水平

- 我国脑卒中神经功能缺损量表、美国国立卫生研究院卒中量表(NIHSS)、加拿大神经功能量表(CNS)、斯堪地纳维亚卒中量表(SSS)、欧洲卒中量表(ESS)、脑卒中神经功能统一量表(UNSS)与日本卒中残损评定法(SIAS)。各法均有优缺点。
- 我国缺损量表（1995年修订），应用上尚称简便，费时不多，但信度、效度上尚未验证，仅能用于颈内动脉系统。
- 美国NIHSS，其信度、效度较好，可用于颈内和椎基底动脉系统卒中。ESS是最好的大脑中动脉卒中量表。SIAS和UNSS的信度和效度需进一步研究。

脑卒中残疾水平评定

- 通过对基础性ADL（BADL）来评定（进食、洗澡、修饰、上厕所、转移、平地行走、上下楼梯、大小便控制）。用Barthel（BI）和MBI（1987）来评定，信度、效度好。
- 工具性ADL（IADL）指操作一些小工具的能力，评定病人在家庭和社区中的独立ADL，可用功能活动问卷（FAQ）来进行。
- 独立功能评定表（FIM，1984）包括了运动和认知两方面的内容，可敏感地度量出病人的残疾状态。FIM与BI比较，二者高度相关，较BI更为确切，多了认知功能测定。

脑卒中—残障水平评定

- 评定分二类，一类通过观察、询问判断的残障量表，即格拉斯哥结局评分表，原用于颅脑外伤病人结局和Rankin量表（RS）为评定独立生活水平之用，甚为著名。修订后命名为牛津残障量表(OHS)。
- 生活质量评定也是残障层次中的重要内容，有Frenchay活动指数(FAI)，专为脑卒中病人设计的生活质量评定量表。FAQ和IADL量表，用于卒中病人的随访研究。
- 另一类由病人自己判断回答，评定生活质量问卷。由于残障病人文化背景、经历、社会环境各异，残障评定很难有一个统一标准，故残障评定不应作为卒中结局。

脑卒中的结局评定

- BI与FIM量表常用。BI分 >95 分（满分为100分）表明能力良好，功能独立，可以回归社会或家庭。
BI >60 分者与行走有关，给予帮助，可考虑出院。这个分数重要，意味着回家后给予帮助，即可发挥一定功能，其中还包括可行走50米。
- 一般脑卒中病人急性期入院时，其BI分大都为30左右。经康复后，每周约可增加BI分7—8分。

脑卒中的结局评定

Wade等用回归分析预测脑卒中发病6个月后BI公式为：
6个月后BI=151-4.3*UI-5.9*SM-2.8*SB-20*H-0.5*年龄
公式中5个变数高度与BI相关。变数评分如下，代入公式即可。

UI（尿失禁）：1.不失禁；2.稍微失禁；3.常失禁

AM（臂活动）：1.无缺失；2.稍缺失，有一些功能；3.一些活动，但无功能；4.无活动

SB（坐位平衡）：1.正常；2.轻度异常；3.严重异常

H（偏盲）：1.正常；2.视觉失注意（疏忽neglect）；3.偏盲
年龄照数代入。

上述4个变数愈大，缺失则愈严重。上述5个变数的相关系数为0.62。

脑卒中的康复治疗

运动功能康复：ICVD月70-80%病人有某种程度运动功能障碍。6个月后52%病人未见明显残损。大多数病人可按照典型的运动形式恢复。

运动康复方法：

- **Knott和Voss法：**创建了本体神经肌肉促通技术，主要是对肢体和躯干应用螺旋状和对角线型活动，加大阻力以取得疗效，并使肌肉力量增强。
- **Bobath疗法：**利用人类正常运动发育的主要阶段顺序来帮助病人恢复运动功能。关键是促动运动活动，并对痉挛或共同运动进行抑制。

脑卒中的康复治疗

- **Brunnstrom法**：措施在于鼓励协同性运动活动。与Bobath法的不同的是将协同性活动视为进一步恢复的中间阶段。
- **Carr和shepherd运动再学习法**：强调运动活动实践与特殊功能技巧的相合，不需要的肌肉活动是被劝阻的，活动应是一种特殊性作业（task-specific）
- **强迫使用瘫痪肢体法**：
- **减重步行器的治疗法**：

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/898074067063006102>