

脑卒中, 康复治疗越早越好?

脑卒中、脑外伤、腰部脊髓损伤等严重危害人类健康,很多人以为,这些疾病只能靠手术等单一方法治疗。其实,现代医学告诉我们,运用中西医结合综合康复疗法往往取得较好效果。现代康复医学包括哪些治疗方法?脑卒中如何预防?工伤康复患者如何就医?11月29日,本报健康热线(0551-2623752)邀请安徽省中医院传统疗法治疗中心专业康复医师朱宗俊就脑卒中、脑外伤、腰部脊髓损伤治疗、工伤等的康复治疗与广大读者进行了交流。

专业康复医师,先后参加国家级和省部级科研项目5项,发表学术论文多篇,参编康复专业著作1本。擅长综合运用现代康复医学疗法与中国传统康复治疗治疗脑卒中、脑外伤后运动功能、言语功能、吞咽功能、认知功能障碍;脊髓损伤后运动及二便功能障碍;骨折后关节功能障碍的临床康复治疗。

门诊时间:周一至周五上午。

门诊地点:安徽省中医院传统疗法治疗中心

本期指导专家
朱宗俊



预防脑卒中有妙方

朱宗俊:目前正值初冬,天气渐冷,心脑血管易功能紊乱,脑卒中易发,预防尤为重要。首先要知道脑卒中的危险因素,重要的危险因素有:高血压、高龄、中风史、糖尿病、心脏病、高脂血症、嗜烟、酗酒、肥胖、中风家族史、低血压、高盐、高脂饮食等。预防方法如:培养良好生活习惯,应积极适量个体化地进行有氧运动,维持标准体重,不吸烟,不酗酒,低胆固醇饮食,定期检查血压、血糖、血脂,按时遵医嘱服药治疗基础疾病等以控制脑血管疾病的各项危险因素。

脑卒中早期康复最佳时间

朱宗俊:目前国际上没有统一的标准,一般认为生命体征平稳24小时;影像学提示脑卒中中没有进一步加重即可以开始早期的康复治疗,但是必须由专业的康复医师或康复治疗师进行早期的良姿位摆放、瘫痪肢体运动治疗、醒脑开窍头皮针、瘫痪肢体针灸和推拿综合康复治疗。一般脑梗死

后3-5天,脑出血后7-14天介入早期康复。

脑卒中一年后仍要康复锻炼

朱宗俊:目前认为脑卒中后3个月内是神经功能恢复的黄金期,3-6个月仍有较大的恢复,6-12个月神经功能恢复开始变慢。有些患者卒中后一年开始心灰意冷,认为再锻炼也不会有什么进展。这样的想法是完全错误的。前面说的恢复时间只是理论上的,康复锻炼有时是个终生的过程,脑卒中一年后,经过指导进行合理的康复锻炼,这里说的合理主要是指时间、剂量和强度都要经专业的康复人员制订,神经功能仍会恢复。临床上也不乏卒中后一年经过正规指导训练后神经功能较快恢复的病例。

腰髓损伤需康复治疗

朱宗俊:腰部脊髓损伤分为完全性和不完全性。不完全性腰髓损伤患者经过正规的康复治疗,主要包括转移训练,平衡功能训练,配以辅助器具的使用训练是可以进行独立功能性步

行的;完全性腰髓损伤患者通过转移训练,躯干以及骨盆的控制训练,轮椅使用训练,环境改造,配以截瘫行走支具以及配用支具后的平衡和步行训练,可进行治疗性步行和部分功能性步行。腰髓损伤无论是完全性还是不完全性,经过康复治疗,环境改造均可达到生活自理。

工伤康复患者如何就医?

朱宗俊:随着基本医疗服务制度的完善,工伤患者就医权利得到充分保障。工伤患者可向劳动与社会保障部门申请康复治疗,经评定符合康复标准并准予康复治疗,必须到工伤康复定点医院享受工伤康复诊疗服务,保障内费用由社保部门直接拨付定点医院。我院作为省市工伤康复定点医院,我科每年接受大量颅脑损伤、脊髓损伤、周围神经损伤、截肢、骨折等工伤患者,为其提供中西医结合的全面康复治疗服务。经综合康复治疗,患者的功能以及生活质量均有不同程度的提高,部分患者甚至可以重返工作岗位。

下周预告

慢性肾衰竭是威胁人类健康的一大杀手,依赖维持性透析生存的患者数量正在逐年增加。根据调查显示,我国40岁以上人群慢性肾病的患病率大于10%,知晓率却不足5%。如何提高透析效率?如何改善肾病患者生活质量?如何对慢性肾病做好防治工作?下周二(12月6日)上午9:30-10:30,本报健康热线(0551-2623752)邀请安徽医科大学第二附属医院肾脏内科、血液净化中心主任郝丽教授与读者交流。郝丽,主任医师、教授、硕士生导师。专业技术特长:从事内科临床、教学和科研工作28年,擅长于肾穿刺活检、腹膜透析、血液净化技术及各种肾脏病的诊治,在安徽省内率先开展甲状腺腺全切并前臂自体移植术。

戴睿 记者 胡敬东

一周病情报告

大雾天气 减少外出

近日,大雾笼罩着合肥,空气质量较差特别是在连续几天的大雾天气影响下,近地层的各种污染物堆积,容易刺激人的呼吸道,引发呼吸道疾病。近一周,合肥市第一人民医院呼吸科门诊接收到的病人明显增多,咳嗽、鼻炎、哮喘等疾病困扰市民健康。据合肥市一院呼吸内科李秀主任介绍,大雾天气对人体呼吸道刺激明显,灰尘、细菌容易附着在粘膜上,刺激喉咙引发咳嗽等呼吸道疾病。

专家特别提醒广大市民,家中有老人和有慢性呼吸道病史的患者,在雾天应尽量减少外出时间,特别是晨练习惯的人,不宜在大雾天气早起晨练,大家在上午10点之前最好不要出去晨练。平时饮食上应注意多喝水,补充体内水分,忌食辛辣食物,否则刺激呼吸道使咳嗽加重,多食用新鲜蔬菜水果,可以供给多种维生素和无机盐,有利于机体代谢功能的恢复。保持一定的运动量,增强体质。必要时要及时来医院检查就诊。

苏洁 记者 胡敬东

医药动态

乳腺肿瘤微创旋切术造福妇女

近日,合肥市妇幼保健院乳腺科,利用美国进口微创旋切机,成功为一名22岁的女性患者切除了左乳多发、散在性的纤维瘤,手术于30分钟内完成,且仅有的一个切口只有5mm。据介绍,该院乳腺科在省内最先开展的乳腺肿瘤微创旋切术是目前国际上领先的微创新技术,现已成功完成手术500例。

华玲 记者胡敬东

PICC 静脉输液减轻病人痛苦

合肥市第二人民医院近日专门成立静脉输液小组,对全院需要PICC治疗的患者进行服务,以保证患者的治疗安全。

PICC是一种经周围静脉穿刺插管的技术,导管尖端位于上腔静脉或锁骨下静脉,另一端则留在病人体外以便于接入所需输送的液体。PICC置管技术避免了因长期输液或输注高浓度、强刺激性药物而带来的血管损害,还可使患者减轻因反复静脉穿刺引起的痛苦,被业界公认为最佳长期输液途径之一。

王红梅 记者胡敬东

3月男婴心大如“网球”

星报讯(王炜童有兵记者胡敬东)近日,省立儿童医院心内科收治了一位因“感冒”而入院的3个月大男婴,名叫桓桓。入院检查竟发现,孩子的左心室舒张末期直径足足有6.3cm,超过正常值,桓桓被确诊为“扩张性心肌病”。

“这么大的孩子正常的左心室舒张末期直径大约在2cm左右,但是这个患儿的左心室舒张末期直径足足有6.3cm,超过正常值太多,整个心脏被撑大几乎成球形。”接诊的该院心内科医师黄小碧指出,扩张性心肌病患者由于心肌病变、心脏扩大、左心室扩张或双心室扩张,会引起左心室收缩功能障碍,进而出现收缩性心力衰竭,并且随着病程进展,可能发生右心衰或全心衰,心脏性猝死的发生率可多达30%以上。

桓桓的家长不能理解,双方家里都没有心脏病史,孩子也一

直都好好的,怎么会突然就患上这样一个病呢。在医生的引导下,桓桓家长回忆起孩子出生时哭声低弱、出生后吃奶不好并且呼吸急促,睡觉时气促的现象特别明显,并且经常感冒咳嗽,体质较弱,体重也比同龄孩子轻了不少等症状。“这些都是征兆,可惜总是被家长们忽略。”

该院心内科主任医师江荣指出,扩张性心肌病在儿童所有心肌病中有较高的发病率,该病总体预后较差,临床表现不典型,经常被家长忽视,以致延误就诊。甚至有些孩子来了直接就是扩张性心肌病的末期,只有通过“换心”才能救命。江荣强调,孩子感冒特别是反复感冒时,家长一定不能掉以轻心,心电图之类的常规检查很有必要,一定不能图省事。经过及时治疗,目前桓桓的病情得以控制,但是仍需要长期服药和定期随访。

全国护理管理者聚合肥

11月26、27日,由卫生部支持、中国医院管理杂志社和合肥市第一人民医院共同举办的“全国公立医院改革优质护理服务经验交流会”在一院集团南区滨湖医院举行。来自全国300余家医疗机构的400余名护理管理者参加了会议。

费秦茹 记者 胡敬东

“艾滋病日” 和平广场有义诊

12月1日上午9:00,合肥市明光路和平广场将举办第24个“世界艾滋病日”宣传活动。届时,省立医院、安医大一附院、省中医院、省立儿童医院、省疾病预防控制中心等医疗卫生部门的专家现场为群众咨询义诊,发放宣传材料。同时安排了丰富多彩的文艺演出,宣传艾滋病防治政策和科普知识。

陈旭 记者 胡敬东