

偏瘫后最好进行专业康复治疗



偏瘫后关节不能硬拽

读者:有个患者家属问道:我家老公1个月前发生了脑出血,早期在医院治疗后,在家卧床休息。现在一般情况都可以,但是偏瘫的肩疼明显,我每天都给他拉胳膊,但是疼痛没有好转,而且说疼痛加重。走路时偏瘫的肩膀明显比好的那侧肩膀低。应该怎么办呢?

陈瑞全:根据您的描述,你家老公可能存在肩关节半脱位或肩关节不稳,这是导致肩膀疼痛的主要原因。肩关节半脱位或肩关节不稳是中风后的常见并发症,主要表现为肩关节疼痛、活动受限,主动或被动活动肩关节时疼痛明显,导致患者不愿活动患侧肩关节。

如果早期对肩关节半脱位或肩关节不稳的不正确治疗,会导致症状加重,表现疼痛加重、活动受限明显。被动活动肩关节时应注意适当的方法和强度,活动时避免疼痛或者可以忍受的疼痛,必要时可以佩戴肩带固定肩关节,并到医院康复治疗。

脑外伤康复在发病后前6个月效果最佳

读者:我家孙女半年前出现车祸,发生了脑外伤,现在康复治疗能走路,手还是能抓东西,但是不能松开,都说这种情况6个月后康复效果就没有了,那么她还需要康复治疗吗?

陈瑞全:脑外伤会造成偏瘫症状,特别是对运动功能影响明显,我们通常说脑血管意外导致的肢体运动功能差,康复治疗最好的时间在发病后的前6个月,手功能恢复在前3个月最佳。但是不是说超过6个月康复效果就没有了,只是康复效果要慢点。但是儿童的大脑在生长,大脑的可塑性较成人好,还有恢复潜能。

脑梗死后易摔倒 要纠正不正确步态

读者:我家家属脑梗死三个月了,现在能扶拐杖走路,腿的力量很好,为什么经常跌倒,这种情况怎么治疗?

陈瑞全:中风后会出现运动功能、平衡功能、步行功能等障碍。60%的中风患者可能会出现跌倒事件,特别是有认知功能障碍及老年患者,容易导致骨盆骨折、股骨颈骨折、上肢骨折。跌倒原因与下肢的负重功能及平衡功能差有关,也与不正确的步态有关。治疗上主要加强上述原因对症治疗。

中风后不爱说话 或是患上卒中忧郁症

读者:我家老伴4月前发生中风,现在很少讲话,但是问她时她可也正确回答,很少与人沟通,整天面无表情,请问我家老伴是不是有神经病啦?要怎么治疗?

陈瑞全:这种情况不是老百姓说的神经病,可能是卒中后忧郁,它是中风后的一种后遗症,表现为少言寡语、表情淡漠、沟通减少等表现。卒中后忧郁需要精神科诊断,对症治疗上主要以药物治疗为主,康复科可以加强心理治疗、经颅磁治疗、针灸治疗。在家时不要对患者有排斥心理,加强心理疏导,多沟通。

中风后最好进行正规康复治疗

读者:我家在农村,我家老伴两个月前突然出现中风,到医院急救处理后病情早已好转,现在在家自行锻炼,但是还是不能走路。我们村有好多老人中风后在家自己锻炼多能走路。我想问问是不是我家老伴太懒了,所以才不能走路?

陈瑞全:您说的问题在农村很常见,多认为在家自行锻炼就能治好中风后遗症。的确有患者不在医院康复走路,也能走路,但这只是很小部分患者。中风后会导致患者的运动功能损伤,70%~80%中风患者多会出现偏瘫,但对运动功能损伤程度不同。有部分患者中风造成的偏瘫症状很轻,在家锻炼后是可以走路,但是走路的姿势我们不得而知。每个患者中风后造成大的症状的严重程度都不一样。您家老伴中风后偏瘫症状可能明显,中风对运动功能损伤严重,单纯自行锻炼效果肯定不明显,最好到医院康复科进行正规的康复治疗。

口腔健康讲堂

牙齿矫正经常需要拔牙 市民不必过度担心

“为什么牙齿疼痛时医生不轻易拔牙,而矫正牙齿时却经常要拔牙?”对于患者这样的疑问,合肥市口腔医院正畸科副主任医师陶李明指出,拔牙矫正在口腔正畸的治疗,尤其是中国人的正畸治疗中很常见,市民不必担心。

据陶李明医生介绍,因为矫正的需要,经常要拔除4颗双尖牙,有时还需拔除已经萌出或尚未萌出的智齿。而即使不矫正牙齿,多数人的智齿因位置不好影响牙周及前牙健康的也要拔除。

陶医生提醒患者,有些错合畸形,例如牙齿严重拥挤、前突是一定要通过拔牙矫正的。若不拔牙,不但畸形不能得到矫正,一些费尽周折排齐的牙齿会逐渐复发。虽然拔除牙齿后暂时有些空隙,但这些空隙一般不用镶牙,医生可通过移动牙齿逐渐缩小空隙,矫治完成后,空隙大多会完全关闭。所以,在矫正牙齿的过程中,正畸医生在提供一个完善的治疗方案的前提下,若建议需要拔牙,市民大可不必担心。 张婷婷 记者 李皖婷

天气无常,春夏秋冬随机播放 医生提醒要特别注意红眼病、春困、呼吸道疾病

“以前,一年四季是春夏秋冬顺序播放的,最近春夏秋冬是随机播放。”这段时间反复无常的天气状况,使得一些春季多发疾病有所抬头。医生提醒广大市民,要注意春季疾病。

红眼病:别用脏手揉眼睛

“最近一段时间院里的‘红眼病’患者较多,比上个月多了两三成。”安医大一附院绩溪路门诊的工作人员说。

据介绍,红眼病是春夏多发疾病,传染性强,主要通过接触传播。发病后双眼会突然发红、多眼屎、怕光、刺痛,且常出现流泪现象。医生提醒市民,注意个人卫生,不要用脏手揉搓眼睛。同时避免交叉感染,尽量少去公共浴池、发廊等场所。

春困:缓解“春困”不能单纯靠睡

最近不少市民总是感觉犯困,天天都像睡不醒,整天昏昏沉沉。“干什么都提不起劲,浑身乏力。”合肥市二院神经内科主任徐文安说,办公室白领、学生、出租车司机等都是高发人群。

徐文安建议,克服“春困”,首先要早睡早起,保证充足睡眠;其次注意改善环境,多开窗通风,保持空气新鲜。同时,市民要注意调节饮食,多吃一些清淡的食物,还要加强锻炼。

呼吸道疾病:别急着脱衣服

“前两个月来呼吸科就诊的以老年慢性支气管炎肺炎患者居多,而最近一个月前来就诊的青少年成了主力军。”安医大一附院呼吸内科副主任医师林志仁分析,这主要是由于春季气温变化较大,人体的免疫功能及呼吸道黏膜的防御功能降低,许多青少年减衣减得过快,户外活动多,易被呼吸道疾病“击中”。

林志仁提醒,最近要根据气温变化增减衣物;同时保持居住环境空气的清洁和湿润。出门时可以做一些防护。同时,多吃富含维生素的新鲜水果、蔬菜,多喝温开水。

魏瑶 朱沛炎 记者 李皖婷

本期指导专家 陈瑞全

专业康复医师,2005年毕业于安徽医科大学康复专业,一直在安徽省中医院针灸康复科从事临床康复工作。擅长综合运用中西医结合方法治疗偏瘫、截瘫、骨折后功能障碍的康复。

中风后如何进行康复治疗?脑外伤患者进行康复治疗有用吗?老人骨折卧床应该如何进行恢复?4月2日上午9:30~10:30,本报健康热线(0551-62623752)邀请安徽省中医院针灸康复科医师陈瑞全与读者交流。

陈小飞 记者 李皖婷 文/图

下期预告

如何应对春季结膜病?

春季结膜病多发,常见的结膜病有哪些?有何表现?怎样预防并正确对待各种结膜病?怎样正确认识青少年近视的防治和当前屈光手术的安全性?4月

9日上午9:30~10:30,本报健康热线0551-62623752将邀请安医大二附院眼科专家王静主任为大家一一解答。

王静,医学硕士,在读博士。从事眼科

临床、教学及科研工作10余年,对各种眼科疾病的诊断及治疗具有丰富的临床经验,尤其擅长眼表疾病及近视的综合治疗。

记者 李皖婷

一周病情报告

保持良好心态,应对春季上火

冬去春来,气温回升,空气干燥,人体内的水分容易通过出汗、呼吸而大量丢失,导致生理机能失调,加上天气变化反复无常,人体新陈代谢的平衡和稳定容易遭到破坏,此时人容易上火,往往会出现烦躁易怒、食欲较差、口唇发红、口腔糜烂、烦躁失眠、尿少便干、发热出汗等症。

据合肥市第一人民医院中医科主任王家琳介绍,“上火”的原因是微循环不足,血流缓慢,导致细胞所需的氧气和养料不能及时供给,同时代谢产物又不能及时清除,引起一系列功能障碍。引起上火的原因有生活丧失规律、脏腑机能失调、精神过度刺激等。

因此,专家提醒市民预防上火,要保持

轻松愉悦的心情,避免精神过度刺激。其次要保证规律的生活,适当的休息,劳逸结合。多吃水果、蔬菜,忌食辛辣刺激、油炸或者火烤的食物。平日应多喝水,促进体内的致热物质从尿、汗中排除。上火症状严重的患者,必要时到医院就诊,在医生的指导下服用一些清火的药物。

苏洁 记者 李皖婷