

中风后脾气变坏，可能是得了卒中后抑郁

黄 燕

成都市龙泉驿区同安社区卫生服务中心 610000

【中图分类号】R743.3

【文献标识码】B

【文章编号】2096-0867 (2020) 05-186-01

脑卒中是临床上一种常见的脑血管疾病，这种病症属于一种身心疾病，及早的诊断并对患者进行有效治疗，是保证脑卒中患者治疗效果的关键。但值得注意的是，很多患者在出现中风后有明显的性格改变，尤其是许多老年人在发生中风后，脾气会变得极其古怪，在日常生活中遇到一点不顺心的事情就会大发雷霆。这种现象并非是患者能够自行控制的一种情绪，而是卒中后抑郁症状的病理表现。卒中后抑郁是一种常见的脑卒中并发症，这种病症在发生后，不仅需要对患者进行积极治疗，还需要对患者进行有效的干预，这样才能改善患者的抑郁情绪，使患者的心理和生理功能恢复正常。

一、家人关心胜于药物

家庭成员的关心对于患者的康复来说意义极为重大，在日常生活中，患者的家人需要积极关注患者在发病后的情绪和精神状态与患者多多交流和沟通，在与患者谈话时应当尽可能维护患者的自尊心，而如果患者对于某些话题较为敏感，家人应当及时避开，同时还需要找到患者最痛苦且最担心的问题，通过这种方式能够帮助患者消除不良情绪，增强患者战胜疾病的信心。

由于脑卒中患者在发病后生活需要不同程度的依赖他人，所以很容易在患病期间出现焦虑和自卑的情绪。在这样的状况下，患者的家人一方面需要鼓励患者、安慰患者，另一方面还需要引导患者参加力所能及的社会活动或者家庭活动，这样能够提高患者在家庭或者其他组织的认同感，使患者感受到被他人尊重，这样能够大大缓解患者的自卑情绪。

除了家人照料和医院照料，给予患者有效的社会支持，对于患者的康复来说也极为重要，良好的医疗保障能够解除患者的后顾之忧，而患者的朋友和同事都应当给予患者有效的关心，这样能够大大缓解患者的不良情绪，使患者的精神状态得到好转。

二、药物消除抑郁

目前临床上应用较多的抗抑郁药物，以五羟色胺再摄取抑制剂为主，临床上常用的药物包括氟西汀、西酞普兰和舍

曲林等药物患者在治疗时，通常需要服用3-6个月或者更长时间才能获得一定的治疗效果。在患者接受正规的有效治疗后，患者的临床抑郁症状能够得到有效消除，并且这种治疗方案还能促进患者机体功能恢复，改善患者的生活和社交能力。中医治疗也是目前临床上一种常用的治疗方案，这种药物主要是通过辨证疗法的方式来对患者的病情进行控制，常用药物，包括沙参、麦冬、夜交藤等，而在对患者进行治疗时，具体的用药方案可根据患者的病情进行合理调整，选择合适的方剂对患者进行治疗，必要时还可以针对患者进行针灸或者穴位按压治疗。

三、日常护理

由护理人员对患者进行运动指导，每天进行上下楼梯训练，同时给予正确呼吸指导，进行弯腰、下蹲、扩胸等运动，可使膈肌充分运动，从而改善胸廓和脊柱，改善肺功能。同时患者在康复期间，需要为患者进行翻身动作训练，告知患者每两小时进行一次翻身，可以将患者的头部以及上部躯干旋转呈侧卧位，随后对患者的侧下肢进行旋转，在对患者进行体位变更时，不可强行牵拉，避免对患者的肢体功能造成影响。

告知患者有效咳嗽咯痰的方式，定期进行排痰护理，对于肺部疾病患者应每天早晨进行咳嗽训练。而值得注意的是，在对患者进行拍背时，避免直接在患者裸露的皮肤上拍背，尤其是在进行拍背时，还需要避免饭后操作，需要距离，用餐前一个小时可以对患者进行一次拍背。

除此之外，对患者进行局部按摩能够促进患者的血液循环，在这样的状况下，应当鼓励患者进行适量的床上运动，鼓励患者每日多使用、活动患肢，必要时还可以帮助患者进行被动运动活动，患者的各个关节再进行活动时，应当保持动作轻柔，避免对患者造成疼痛或者损伤皮肤。

进行饮食干预指导，由于脑卒中患者在发病时与动脉硬化有较为密切的关系，所以患者在进入恢复期后，需要尽可能减少胆固醇食物的摄入，例如动物内脏和蛋黄等，尤其是心、肝、脑等食物，可选择瘦肉、鱼类等食物来补充营养。

(上接第185页)

量。一般而言，24小时尿钙含量的正常范围在100mg-200mg之间，300mg-400mg时说明钙剂补充量较大，应注意摄入减量，当超过400mg时说明钙摄入量严重超标，应立即停止服用钙剂，以避免膀胱结石或肾结石的发生。

(六) 激素替代治疗

绝经后雌激素水平的下降是导致绝经后妇女发生骨质疏松症的重要原因之一，因而在对其进行治疗护理时补充雌激素是非常重要的。根据国内外大量医学研究机构的数据资料证实，对绝经后妇女单纯使用雌激素或者联合使用孕激素，能够有效预防和改善骨质量的丢失，提高绝经后骨质疏松症

的临床治疗效果。一般而言，雌激素的补充应是一个连续渐进的过程，对未发生骨质疏松症或症状较轻的患者，可以通过每天喝豆浆，多使用豆制品、谷物类等食物来补充雌激素。但对于症状明显的患者，通常需要服用专门的激素补充类药物，以便更好的防治钙质流失，促进骨骼中的钙沉淀，提高骨密度和骨质量。

总而言之，我们现在对绝经后骨质疏松症已经有了一个较为全面、深入的了解，广大女性朋友在出现绝经后骨质疏松症时应及时就医，遵医嘱进行钙剂补充，不要盲目补钙，并根据自身状况选择适合的方法进行日常护理，从而达到更好的治疗防护效果。