

一例热射病康复家庭作业介入的护理体会

元 云

海军青岛特勤疗养中心神经康复科 266071

【摘要】报告一例急性脑卒中患者康复家庭作业介入护理。住院期间由康复护理团队进行制定家庭作业并监督家庭作业完成情况,在经过两个月的系统康复中患者各项生活能力和肢体功能得到极大改善。探讨康复家庭作业在整个康复期间发挥的作用以利于更快的帮助患者尽早重返社会和家庭。

【关键词】热射病;康复家庭作业;康复护理;音乐疗法

【中图分类号】R473

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2024) 08-094-01

全球气候变暖对人类健康造成的威胁与日俱增,尤其是在炎热的夏天,“热”真的可以让人死亡。“热射病”是最严重的中暑类型,临床上以皮肤烧热、意识障碍(精神状态改变、抽搐、昏迷)为特征,并伴有多器官功能损害可危及生命的临床综合征。热射病的临床护理主要在于早期诊断后的迅速降温与各器官功能支持2个方向^[1]。

在积极的救治后的康复也是极其艰难的。2024年6月笔者所在科室收治1例因高温天气下运动导致热射病所引起的肢体、言语、认知等功能障碍的患者,经过2个月系统的康复训练,患者在肢体及认知等功能中得到了极大的改善,顺利回归社会。

1 临床资料

患者,男,27岁。因“行走不稳伴言语不清1年余”入笔者所在神经康复科治疗。患者于2023年6月17日跑步10公里时,在接近终点处突然倒地,呼叫无反应,伴干呕、发热,无肢体抽搐。随立即转入当地医院就诊,诊断为“劳力性热射病”,测体温38.6℃,予以气管插管、补液、冰毯降温、改善微循环、高压氧等治疗,患者意识逐渐好转,逐渐恢复自主大小便及自主进食,四肢肌力4级,言语欠流利,双侧指鼻试验欠稳准,双侧跟-膝-胫试验欠稳准,立位平衡2级。经系统2个月康复训练后出院回归社会。

2 康复护理方法

2.1 常规护理

防跌倒、防坠床健康宣教,入院时详细介绍病区、病房环境,急救呼叫系统以及对陪护人员健康宣教注意在日常康复训练中保护好患者防止跌倒等意外事故。

2.2 心理护理

多与患者进行有效沟通,克服畏惧心理。动态评估患者心理状态,正确认知疾病,使患者充分了解该病的预后以及康复的价值。每日为患者选取合适的轻音乐行心音乐疗法20分钟,继而减轻精神负担、消除恐惧、紧张、焦虑、忧郁等不良情绪,产生一系列正性身心效应,^[2]增强战胜疾病的信心。

2.3 康复家庭作业介入指导

患者入院后康复护理团队进行康复评定,每天除康复治疗

外,治疗外剩余时间根据病人实际情况制定康复家庭作业计划。(1)平衡能力训练。责任护士每日20分钟指导患者进行睁眼及闭眼下的站立训练、单腿训练以及步行的直线距离训练从200米、500米逐渐增加至1000米。(2)肌力的训练。指导患者利用弹力带、哑铃等进行肌肉力量的训练;双手交替的平板支撑核心肌群的训练。(3)步态练习。每天20分钟责任护士指导患者进行静止步态的练习屈髋、屈膝、以及踝关节的背伸、跖屈;以及整个步态周期动态练习。(4)日常生活能力的训练。每天15分钟指导患者各种体位下的取物练习来增强患者身体的协调性。(5)言语认知障碍的训练。每天20分钟指导患者进行书写、数学(1-100)运算练习。(6)呼吸训练。指导患者进行腹式呼吸训练以及通过阅读疗法来练习患者的气息,选择正能量的书籍进行阅读也同时进行了心理干预,帮助患者提高康复的自信心。

3 讨论

据报道,现阶段在我国热射病的死亡率高达70%^[3],在护理工作除了帮助患者正确面对疾病外,还应加强对疾病防控的宣传,高温运动后及时补充身体水分。目前临床救治能力已经逐步提高,救治后的康复对于患者来说是第二次生命的开始,如何有效的帮助患者尽快的康复回归家庭和社会也是我们研究重点。笔者所处的康复护理团队在对此名患者进行康复家庭作业介入指导2个月以来,患者未出现并发症且可以独立步行和完成慢跑1000米,立位平衡由2级到3级,言语表达速度、音调音量较前明显提高,康复效果显著。

综上所述通过积极的康复介入可以有效的提高患者各项躯体功能和言语认知功能,帮助患者尽快的回归家庭回归社会。

参考文献:

[1] 刘秀珍,彭庆文,张冰,等.冷却治疗对劳力性热射病大鼠下丘脑AVPmRNA表达及蛋白表达的影响[J].天津体育学院学报,2019,3:323-329.

[2] 忻志鹏主编.实用临床心理学.上海:上海医科大学出版社,1991.40-63.

[3] 尚彤彤.1例老年热射病合并多种疾病病人的护理[J].全科护理,2017,5(15):1918-1919.

(上接第93页)

[1] Alderson P, Campbell G, Smith AF, et al. Thermal insulation for preventing inadvertent perioperative hypothermia[J]. Cochrane Database Syst Rev, 2022, 6(8): 9908.

[2] 冯立,陶仁海,张笑萍,等.胸科高龄病人术中低体

证护理[J].护理研究,2023,29(10):1228-1231.

[3] 王丽,吴见安,邓群好.综合保温措施在创伤病人围术期的应用研究[J].护理研究,2024,28(5):1608-1609.

[4] 史丽平,张旭明.循证护理在预防术中低体温的实践研究[J].全科护理,2021,13(21):2086-2088.