

# 避免中风后遗症， 离不开专业康复治疗

文 | 柯开富（通大附院神经内科主任医师）

脑卒中患者常存在各种后遗症和功能障碍，包括肢体活动不利、感觉麻木、言语不清、吞咽困难、大小便失禁等，导致患者生活不能自理，甚至长期卧床。临床急救治疗主要在于挽救患者生命和减少并发症，而这些后遗症的处理则需要及时的康复治疗。

康复治疗就是综合应用各种治疗手段，尽可能纠正或改善脑卒中各种后遗症，提高患者的生活自理能力，包括独立穿衣、吃饭、洗漱、步行等，提高患者的生活质量，从而使患者可以重返社会。此外，康复治疗还有助于减轻体重、改善糖、脂质代谢及控制血压、纠正不良行为模式等，从而降低脑卒中再次发作的风险。

脑卒中康复治疗方法包括康复医疗处置、物理疗法、作业疗法、言语治疗、心理治疗、矫形器治疗、中国传统治疗以及康复治疗等。

康复医疗主要是处理脑卒中患者的各种临床问题。

物理治疗强调通过反复运动训练改善患者的活动能力，使患者能够独立翻身、坐起、站立和行走等，包括电疗、光疗、磁疗、水疗等。

作业疗法则着重于训练患者独立完成穿衣、吃饭、洗漱等日常活动，提高患者生活自理能力。

言语治疗可以提高患者语言和非语言表达能力。

心理治疗是对脑卒中继发抑郁或焦虑的患者进行心理疏导及药物治疗。

患者出现足下垂及内翻时可加用踝足矫形器治疗。

康复治疗组由康复医师、康复治疗师、康复护士共同组成，针对脑卒中患者各方面的问题进行分析评定，制定个体化的康复治疗方案，开展综合、全面、系统的康复治疗。

脑卒中患者长时间卧床可以导致肌肉萎缩、关节挛缩变形、骨质疏松、皮肤破损等问题。因此脑卒中康复一定要尽量进行，患者只要病情稳定就可以进行康复治疗。早期的康复治疗以体位摆放、肢体被动活动和轻微主动活动等为主，有助于患者的神经功能恢复，避免长时间卧床的不利影响。脑卒中后康复治疗的最佳时间是在发病后3个月以内，如果超过1年再进行康复治疗，各种功能恢复的效率将有所降低。