



脑出血术后护理细节 决定患者康复速度

◎仪陇县人民医院 唐 维

脑溢血，又称脑出血，是一种极为凶险的脑血管疾病，往往会给患者及其家庭带来沉重打击。手术治疗虽能在关键时刻挽救患者生命，但术后护理同样重要，其护理细节在很大程度上决定着患者的康复速度与生活质量。今天，我们就从医务工作者的专业角度，为大家详细阐述脑溢血术后护理的关键细节。

生命体征监测

术后密切监测患者生命体征是护理的首要任务。体温反映着患者身体的基础状态，术后若出现持续高热，可能提示存在感染或中枢性高热，需及时采取降温措施，如物理降温或遵医嘱使用退烧药。心率和血压的变化也至关重要，脑溢血患者术后血压不稳定较为常见，过高的血压可能导致再次出血，而血压过低则会影响脑部血液灌注，加重脑组织损伤。因此，医护人员通常会每隔15~30分钟测量一次血压，根据血压波动情况及时调整降压药物剂量。呼吸的频率、节律和深度也是重点观察指标，呼吸异常可能预示着肺部并发症或脑部病变的进展，一旦发现异常，需立即给予吸氧、吸痰等相应处理，必要时可能需要进行气管插管或气管切开以维持呼吸通畅。

呼吸道管理

脑溢血术后患者由于长期卧床、意识不清或吞咽功能障碍，极易发生呼吸道感染，因此呼吸道管理极为关键。首先要定时为患者翻身、拍背，每2小时一次为宜。拍背时手指并拢、掌指关节屈曲120度，指腹与大小鱼际肌着力，自下

而上、由外向内有节律地叩击患者背部，以促进痰液松动排出。对于痰液黏稠不易咳出的患者，可在医生指导下进行雾化吸入治疗，雾化药物能够湿润气道、稀释痰液，同时减轻气道炎症。此外，要保持病房内空气清新、湿润，温度控制在22~24℃，湿度维持在50%~60%，这样有利于呼吸道黏膜保持湿润，减少分泌物干结。若患者出现呼吸急促、口唇发绀等缺氧症状，应立即给予吸氧，并根据血氧饱和度调整氧流量。

饮食与营养

合理的饮食与充足的营养供给是患者康复的物质基础。在患者术后病情稳定、胃肠功能恢复后，可逐渐开始进食。初期一般先给予流食，如米汤、牛奶等，避免食用刺激性食物。随着患者吞咽功能的改善，可过渡到半流食，如粥、面条等，然后再逐渐恢复至正常饮食。饮食中应富含蛋白质、维生素、膳食纤维等营养成分，多食用瘦肉、鱼类、蛋类、新鲜蔬菜和水果等食物，以增强机体抵抗力，促进伤口愈合和神经功能恢复。对于吞咽困难的患者，需防止食物误吸，必要时可通过鼻饲给予营养支持，保证

患者摄入足够的热量和营养物质。同时，要注意控制患者的盐和脂肪摄入量，避免加重高血压和动脉粥样硬化，降低再次发生脑溢血的风险。

康复训练

早期康复训练对于脑溢血患者的功能恢复至关重要。在患者病情稳定、生命体征平稳后，应尽早开始康复训练。一般来说，术后1~2周即可进行简单的肢体活动，如床上翻身、关节屈伸等。随着患者身体状况的好转，逐渐增加训练强度和难度，可进行坐起训练、站立训练、行走训练以及手部精细动作训练等。康复训练应遵循循序渐进的原则，根据患者的个体差异制定个性化的训练方案，由专业的康复治疗师进行指导。同时，家属要积极配合，鼓励患者坚持训练，增强患者康复的信心。康复训练是一个长期的过程，需要患者和家属有足够的耐心和毅力，持之以恒才能取得良好的效果。

心理支持

脑溢血患者术后往往会出现焦虑、抑郁、恐惧等不良情绪，这些情绪不仅会影响患者的治疗依从性，还会对康复进程产生负面影响。因此，心理支持在术后护理中不可或缺。家属和医护人员要多与患者沟通交流，了解患者的心理状态，给予充分的关心和鼓励。

脑溢血术后护理涵盖多个方面，每一个护理细节都关乎患者的康复速度和未来生活质量。患者家属积极配合医护人员，认真落实各项护理措施，就能为患者的康复创造有利条件，让患者尽可能地恢复健康，回归正常生活。希望通过这篇科普文章，能让大众对脑溢血术后护理有更深入的认识，共同为患者的康复助力。◎