



# 昏迷患者的康复关键

◎南宁市悦年华康复医院 龚建友

昏迷是一种严重的意识障碍状态，患者对外界刺激毫无反应，无法维持清醒。对于昏迷患者的康复，尤其是促醒环节，是一场复杂且漫长的医学挑战。家属和医疗团队常常会提出两个关键问题：昏迷患者的促醒康复究竟要持续多久？又该如何判断患者出现了“促醒征兆”呢？

昏迷是因大脑功能受损，导致患者意识完全丧失，无法对任何外界刺激做出有目的的反应，通常由颅脑损伤、脑出血、脑梗死、缺氧性脑病、中毒或感染等引发。医学上依昏迷深度划分等级，浅昏迷对强烈刺激有肢体抽动等反应但无法交流；中度昏迷反应减弱、生命体征稳定；深昏迷无反应、体征不稳，常需呼吸机维持。

## 促醒时长，因人而异

昏迷患者的促醒时间，因个体差异而大不相同。轻度昏迷患者，部分人能在数天至数周内恢复意识。而中度至重度昏迷患者，促醒过程则要漫长许多，可能需要数月甚至更久。有些患者甚至会进入“植物状态”或“最小意识状态”，此时恢复意识的概率较低，但仍存在微弱的意识活动。

若昏迷持续超过1个月，就可能被诊断为植物状态；若超过3个月，则称为持续性植物状态。对于这类患者，促醒的概率相对较低，但仍需持续观察并开展康复干预，因为奇迹随时可能发生。

## 促醒关键，综合施策

促醒康复并非一蹴而就，而是受到多种关键因素的影响。早期干预至关重要，在患者生命体征稳定后，尽早开启康复治疗，有助于

神经功能的恢复。多学科团队协作也必不可少，神经科、康复科、心理科、营养科等多学科专家共同合作，根据患者的具体情况制定个性化的康复方案。

家庭支持同样发挥着不可忽视的作用。家属的陪伴、鼓励和积极参与，能给患者带来心理上的慰藉，对患者的生理恢复产生积极影响。此外，康复训练的强度与频率也十分关键，规律、系统的康复训练，比间断性的训练效果要好得多。

促醒康复是一个长期过程，通常需要持续数月甚至数年。即便患者恢复了意识，后续的康复工作仍要继续，以帮助他们恢复认知、语言、运动等功能。

## 征兆判断，细致观察

判断昏迷患者是否开始恢复意识，是康复过程中的关键环节。医学上将这一过程称为“促醒征兆”或“意识恢复的早期表现”。这些征兆往往十分微弱且短暂，需要医护人员和家属密切观察。

在行为反应方面，患者对声音的反应可能会增强，比如听到熟悉的声音，像家人说话时，眼球会转动、皱眉，肢体也会有轻微移动；对疼痛刺激的反应也会增强，针刺或按压时，会出现有目的的肢体回缩，而非原始反射；患者还可能在

无刺激的情况下自主睁眼，而不是仅在刺激下才睁眼。

视觉追踪能力的恢复也是一个重要征兆。患者可能开始注视移动的物体或人脸，展现出一定的视觉追踪能力。在语言或声音反应上，患者可能会咕哝、发出无意义的声音，甚至尝试模仿简单的语言；对简单指令，如“握拳”“睁眼”等，也会有反应。

情绪反应的出现同样值得关注。患者可能表现出对亲人的识别，听到亲人名字时会有情绪变化，如微笑、流泪；对愉悦或痛苦的情绪刺激也会有反应。

## 治疗方法，多样选择

促醒康复有多种治疗方法。药物治疗方面，会使用神经营养物质、兴奋性神经递质类药物，如多巴胺类药物，来促进神经功能恢复；同时，还要控制颅内压，预防感染和癫痫等并发症。

物理刺激疗法也十分常用。听觉刺激上，会播放家人录音、音乐等；视觉刺激则使用图片、灯光等；体感刺激包括按摩、被动运动等。高压氧治疗可以提高脑组织供氧，促进神经细胞修复，适用于缺氧性脑病等病因导致的昏迷患者。

神经调控技术是新兴的治疗手段，如经颅磁刺激（TMS）、深部脑刺激（DBS）等，目前正在探索用于促醒治疗。康复训练涵盖被动运动、体位摆放、语言训练、认知训练等，帮助患者恢复各项功能。

昏迷患者促醒康复挑战重重，但医学进步与理念发展让众多患者意识恢复、功能改善。促醒时间有别，需耐心坚持。准确识别“促醒征兆”很关键，家属支持不可或缺。科学干预与家庭坚守，或能唤醒意识、重燃希望。☺