

# 分期步态训练,助脑卒中患者远离偏瘫

记者 彭颖异

偏瘫,是大多数脑卒中患者面临的问题,它主要表现为身体一侧肢体的运动及(或)感觉功能障碍。有研究表明,脑卒中后,上肢功能缺损的患者约达80%,而其中60%的患者在脑卒中后3至6个月仍伴有上肢功能障碍。

邵阳市中心医院康复科主任曾明安表示,脑卒中后偏瘫不仅会降低患者的生活质量,长久下去还会给家庭带来沉重负担。因此,患者脑卒中后如果出现偏瘫,应该尽早前往正规医院的专业科室接受康复治疗。

在偏瘫的康复训练过程中,步态训练尤为重要,它将直接影响到患者的日常生活活动。步态训练应该贯穿整个偏瘫康复训练过程,越早进行效果越好。曾明安强调:“由于步态训练受到偏瘫患者整体功能障碍的影响,所以在面对偏瘫患者各种不同的异常步态模式时,需要制定具体的康复计划,这需要很强的专业性。而且患者在自己进行步态训练的时候,往往出现因为姿势错误、时间过长等问题导致康复训练效果变差,因

此,患者的步态训练应该在专业康复治疗师的指导下进行。”

目前,邵阳市中心医院康复科将偏瘫步态训练分为步态训练准备期、原地步态训练期、步行训练期三个时期,对患者进行不同侧重点的训练。

步态训练准备期是进行步态训练前所应做的训练,在患者脑卒中病情稳定后,随着康复训练的开始而开始,根据患者的主要功能障碍阶段进行训练:软瘫期,应注意良肢位的摆放,进行关节的被动活动、PNF神经肌肉促进疗法、中频电疗、针灸推拿、床上坐位、站立床等;硬瘫期,在软瘫期训练基础上加上抑制痉挛模式、抑制异常运动模式的训练,从而诱发分离运动的出现,同时进行肌力训练、抗阻训练、平衡功能训练等;分离期,可进行肌力和平衡功能的加强训练,继续抑制肌肉痉挛和异常运动模式。

原地步态训练期的目标,是让患者可凭借自己的能力站起来,主要训练方法是斜板站立训练:以牵拉屈肌,矫正足下垂内翻,下肢的肌力、平衡、协调能力的加强训练,骨盆的调节能力训练;髌、膝、踝关节和足趾的

功能性训练;主要是各自的关节生理活动,进行关节主动抗阻训练,PNF神经肌肉促进疗法等;原地迈步姿势训练:在身体前方,放一障碍物,让患者在原地来回跨过,也可进行原地迈楼梯练习等;步态减重训练器:患者在专业康复治疗师帮助下,进行正确步态的训练,特别是膝关节有选择地屈伸,摆放时足内翻的控制及髌关节的内收。

步行训练期是患者在前两期训练后,身体整体功能有了明显改善的情况下进行的。这一阶段的训练主要是加强下肢肌力、平衡、协调能力训练;进行步行姿势调整,患者对着矫正镜行走,同时在专业康复治疗师的帮助下进行调整;患者使用跑步机步行,并在专业康复治疗师的帮助下调整骨盆的起伏和稳定膝关节;进行上下楼梯练习。

曾明安介绍:“只要按照专业康复治疗师的指导,在经过一定的康复训练后,绝大多数偏瘫患者的运动感觉障碍均是可以得到相应恢复的,有些甚至能够恢复到和正常人一样活动,所以患者应对自己的康复充满信心,积极进行康复训练。”

## 康复之友



2月28日,双清区东风路街道计生办组织工作人员来到鼓楼亭社区,为育龄妇女免费发放叶酸。该街道自今年全面开展二孩政策集中宣传服务活动以来,已为辖区57名育龄妇女免费进行生殖健康检查,并免费发放叶酸120盒。

伍洁  
刘文博  
摄影报道

## “精准治疗”抗击甲状腺肿瘤

市第二人民医院大外科主任 蒋俊

甲状腺肿瘤是困扰广大甲状腺疾病患者的罪魁祸首,它分为甲状腺良性肿瘤与甲状腺恶性肿瘤,以良性肿瘤居多,占90%以上,各年龄人群均可见到,女性多于男性。甲状腺超声技术能清晰显示甲状腺的解剖结构、血液动力学、微循环灌注等表现,更能发现2mm至3mm的微小结节,同时能精准区别甲状腺胶质滞留和实质性肿块,以及判断实质性肿块是否发生坏死等

大量有价值的信息。

当甲状腺结节大到压迫附近组织时,可出现呼吸困难、吞咽困难和声音嘶哑,有时也可因囊内出血而出现局部肿胀。

甲状腺恶性肿瘤占甲状腺肿瘤总数不到10%,而乳头状癌占恶性肿瘤总数的70%以上,早期发现可以治愈,只要不发生淋巴转移,经过包括手术的综合治疗,10年以上存活率可达90%。

市第二人民医院每年接诊需手术治疗的甲状腺良性肿瘤病人数量较多。我院外一科采用精准的手术方式,以与皮肤皮纹一致的弧线小切口加美容缝合,使得治愈病人切口美观,精准的解剖技术确保绝大多数病人术中出血量小于5ml,喉上神经及喉返神经的损伤率为零。采用保留后壁的次全切法确保甲状旁腺无损伤,术后无一例出现低钙抽搐等并发症。采用电凝等综合止血措施,术后无一例出现出血或需作气管切开等后续处理。术后规范追踪复查,科学指导替补治疗。



## 邵阳学院附属医院:

# 急诊PCI为患者开启生命之门

龙晓

近日,邵阳学院附属医院(原邵阳医专附属医院)心血管内科连续成功独立完成2例急诊PCI(经皮冠状动脉介入治疗)术,标志着该院的介入治疗又上了一个新的台阶,成为可独立开展急诊PCI术的医院。

“2月9日晚9点50左右,我接到急诊科的紧急会诊电话,会诊明确了‘急性心肌梗死’诊断,在家属同意手术后,我迅速通知介入血管科、刘军主任、姜同辉副主任、刘小兰护士长。我们急诊手术团队均在30分钟之内赶到介入手术室做一切准备,仅用50分钟就为患者开通闭塞的冠状血管,使其胸痛完全缓解,转危为安。”该院心内科医生尹文跃回忆道,“2月10日晚9点,我又一次接到急诊科王国阳主任的电话,洞口县人民医院即将转诊一位急性心肌梗死的患者来我院。我们

急诊团队的全体人员均提前赶赴导管室等候,经与患者家属充分沟通,直接将患者送入介入导管室进行手术,为患者争取到宝贵的抢救时间。我们急诊团队历时一个多小时为患者处理冠脉的血栓,同样取得非常好的效果,术后患者胸痛即刻缓解,心电图显著好转,转危为安。”

急诊PCI术,是指在患者发生急性心肌梗塞后于12小时内进行的冠状动脉血运重建。患者首先在导管室行冠状动脉造影术,找出冠状动脉“罪犯”血管及其病变部位,对病变部位行经皮冠状动脉腔内成形术和植入支架,使闭塞的血管得以再通,从而改善心肌的血流灌注,使相关心肌得以及早再灌注和功能恢复。因此,可以说,急诊PCI术是目前国际上抢救心肌梗死病人最新、最有效的手段,对提高患者存活率、降低其死亡率和致残率都有重要意义。

急诊PCI术针对的病例都是病情急、变化快、病情危重的心脏病人,手术中时时处处都隐藏着风险,不仅考量术者的技术,更多的是考量术者的胆识;同时,它还要求有一支经验丰富、训练有素、团结合作的抢救团队。难度之大、风险之高、要求之苛刻,也是急诊PCI术在国内医院开展数量有限的原因。开展急诊PCI术的经典入路是选择经股动脉路径操作,而邵阳学院附属医院的介入医疗团队,选择经桡动脉路径进行操作,虽然技术难度更大,却能减轻患者痛苦。

据悉,邵阳学院附属医院心内科从2016年10月开始启动急诊PCI,2017年在实施急性胸痛患者“绿色通道”的基础上打造国家认证的胸痛中心,拟为更多的患者带去福音。此项工作得到了该院领导的高度重视,而上述两例患者的成功救治,则标志着该院诊疗水平又达到了一个新的高度。

## 邵阳县:700计生专干集中“充电”

本报讯 2月23日至24日,邵阳县举行2017年村级计生专干业务培训会,全县各乡镇卫计监督服务所长、卫生院院长、卫生院计生专干以及674个村计生专干,共700余人集中参加培训。

此次培训旨在提升村级计生专干整体业务素质,增强其干好计生工作的信心和责任心,以适应当前计生工作新形势。培训会上全面讲解了计生政策法规、计生业务知识、妇幼保健及免费孕前优生健康检查等业务知识,并进行了基层卫生计生业务知识考试,切实提高村级计生干部队伍的业务素质和工作能力,推动全县卫生计生工作有效开展,为抓好新常态下的卫生计生工作提供了强有力的保障。(康煌 刘卫中)

## 全市儿科疾病诊疗新进展培训班开班

### 知名专家传授儿科新技术

本报讯 受市卫生计生委、市医学会委托,邵阳学院附属医院于2月28日举办了全市儿科疾病诊疗新进展培训班,湖南省儿童医院教授李双杰、李志辉等省内知名儿科专家为我市各级医院儿科医务人员授课,分享了儿科疑难杂症诊疗的最新理论及技术。

据了解,邵阳学院附属医院儿科成立于2005年,目前已发展成为集医疗、教学、科研于一体的综合性科室,下设普儿科、新生儿科、儿童保健科、儿科门诊。该科所有骨干都曾到北京儿童医院、上海新华医院、广东省人民医院、湖南省儿童医院等知名医院进修学习。

为改善我市儿童医疗基础设施条件,该院建立的新儿科临床综合楼目前已经完工,并将逐步投入使用。该院计划将儿科分为五个功能区域:儿科门诊、普儿科、新生儿科、儿科重症监护室、儿童保健科,往后还会增加儿童康复科等科室。

培训中,省儿童医院教授李双杰、李志辉、高喜荣分别以“抗病毒药物在儿童病毒性疾病的合理应用”“儿童肾小管疾病的诊断思路”及“新生儿复苏最新进展”为题授课,让参加培训的医务人员受益匪浅。

(记者 陈星)

## 孕期如何保健,准妈妈要心中有数

市妇幼保健院 邓满姣

怀孕期间的女人是幸福的,但也是辛苦的,要时刻保证胎儿与自身的健康。1998年,WHO(世界卫生组织)提出了“妊娠人生大事,务使母婴安全”的号召,呼吁全球重视孕期保健服务。那么,准妈妈在孕期究竟要注意哪些方面呢?

当你知道自己怀孕,或以往月经规律而本次月经未按时到来,不确定是否怀孕时,一定要到医院妇科门诊进行确诊,同时通过B超检查了解宝宝是否怀在子宫里(排除宫外孕)。医生会根据你的情况,指导你如何进行孕期健康检查。孕期检查的内容可多了,主要包括常规检查、一般辅助检查及特殊辅助检查。

常规检查:包括宫高、腹围、体重、血压、胎位等。

一般辅助检查:包括血常规、尿常规、血型、凝血功能、肝肾功能、妊娠高血压检查等。

特殊辅助检查:包括产前筛查(唐氏筛查)、地中海贫血筛查、优生优育检查(病毒检查)、四维彩超等。产前筛查有孕早期筛查(孕9周至孕13+6周之间)和孕中期(孕15周至20+6周之间)筛查。地中海贫血是一种特殊的贫血,对小孩健康的影响非常大。四维彩超是孕中期必须要做的检查,通过它可以清楚地看到宝宝各器官的发育情况。

请广大准妈妈们一定要做好上述检查,杜绝先天性缺陷宝宝的出生。邵阳市妇幼保健院是我市唯一一家产前筛查、地中海贫血筛查和基因诊断、新生儿疾病筛查中心,承担全市出生缺陷筛查工作。

如果孕早期的妈妈被病毒感染(如流感等),宝宝有可能也被感染。宝宝感染病毒后,各器官发育会受影响,致畸的可能性很大,所以,孕早期的准妈妈一定要特别注意别感冒。

自然分娩是准妈妈们明智的选择,但想自然分娩就要注意孕期营养均衡、适当控制体重。我们的产科门诊医生会对每一位来院检查的孕妇进行指导,孕妇学校也会有专门的老师为来院听课的准妈妈们讲授孕期营养方面的知识,既能使腹中宝宝健康发育,又避免巨大儿的发生,使准妈妈尽可能地自然分娩。

**邵阳市心理咨询中心**  
**心理健康公益讲座(二)**  
**2017年3月4日 9:30—10:30**

内容: 情绪管理与  
正念减压  
咨询师: 胡老师13677426543  
朱老师18390764893

地址: 邵阳市西湖南路市脑科医院三楼团体心理辅导室