

# 腦中風病人照顧須知

## 一、預防高危險性傷害：

1. 病患皮膚保持清潔乾燥，注意皮膚有紅、腫、破皮現象。每日觀察皮膚顏色、溫度及其完整性。
2. 病患躺於床上時應注意安全，必要時予保護性約束，預防跌倒及管路自拔。
3. 注意保持呼吸道通暢，鼓勵多深呼吸、咳痰，或由家屬協助背部扣擊。
4. 對於無法自行翻身的病人，須由照顧者協助翻身及肢體活動。

## 二、增進病患感覺與知覺能力：

1. 家屬可將日常用品放於病患的健側。
2. 鼓勵病患努力照顧自己的患側。
3. 洗澡時需注意水溫，勿洗過冷或過熱的水。

## 三、增進營養，協助順利進食，避免造成噎住或吸入性肺炎：

1. 評估病患嘔吐反射與吞嚥功能，若無法吞嚥則以鼻胃管灌食，若吞嚥功能恢復則以口進食。
2. 進食時，食物由健側放入口中。
3. 先選擇濃稠食物或軟食，再進食固體食物；液體食物要確認不會嗆到時才可進食。
4. 餵食時應採半坐臥式，進食後仍坐 30 分鐘才躺下。
5. 進食後檢查病患之口腔，注意食物是否仍存留患側口腔內，並予清潔口腔。
6. 儘量鼓勵病患自行進食，可使用輔助器具。

## 四、保持大小便通暢：

1. 鼓勵多充水份及攝取維他命 C，如：水果、蔓越莓汁，預防泌尿道感染。
2. 建議採高纖飲食、腹部按摩及安排排便訓練，以維持腸胃道功能。

## 五、促進病患溝通的能力，以達有效的溝通。

## 六、增進病患自我照顧的能力，以達日常生活獨立：建議病患避免只使用健肢，也應配合患肢使用。

## 七、配合醫師及復健期之運動計劃。