

توانبخشی در بیماران

CVA



کد فرم: M-p.ph/80NM

واحد آموزش سلامت

گروه هدف: بیماران

پاییز / سال ۱۴۰۳

*** واحد گرافیک بیمارستان میلاد ***

فعالیت ششم: (شانه بخی)

بیماران سکته مغزی که دچار فلج یکطرفه بدن می شوند بدلیل عدم استفاده از مفاصل دچار بروز سندروم شانه یخ زده می شوند و بیمار بعد از مدتی دچار احساس درد شدید در ناحیه مفصل شانه می شود به منظور جلوگیری از بروز این حالت، حرکات چرخشی در ۲۴-۴۸ ساعت اول بعد از سکته در مفصل شانه فلج شده انجام گیرد.

منبع: برونر سودارث ۲۰۲۰

با آرزوی سلامتی برای شما، جهت کسب اطلاعات و پیگیری، می توانید از راههای زیر اقدام فرمایید:

آدرس: لاهیجان، ابتدای ضلع شمالی بزرگراه لاهیجان به لنگرود

شماره تماس: ۰۱۳-۴۲۴۴۵۲۵۲

وبسایت بیمارستان: www.milad-hospital.com

اینستاگرام: MiladHospital.Lahijan

فعالیت پنجم:

زمان شروع تغذیه: تغذیه از زمانی شروع می شود که بیمار هوشیار بوده و توانایی تحمل غذا را داشته باشد، ابتدا بیمار را به وضعیت نشسته قرار داده زیرا احتمال استفراغ در این بیماران زیاد است. شروع با مواد غذایی یا مایعات (آب) است، که ابتدا با قاشق مربا خوری در صورت تحمل از آب میوه، سوپ صاف شده ... استفاده می شود. تغذیه مناسب سبب حفظ پوست می شود.



برای بهبود وضعیت حرکت بیماران سکنه مغزی توجه به نکات ذیل مورد اهمیت است .

فعالیت اول :

تغییر وضعیت بیمار : بیمار در هر ۲ ساعت تغییر وضعیت داده و جهت چرخاندن بیمار به یک پهلو بالشی بین زانوهای او قرار گیرد . مدت زمانیکه بیمار به سمت مبتلا می خوابد محدود باشد برای جلوگیری از خم شدن و خشکی مفاصل ران و زانو چندین بار در روز به مدت ۱۵-۳۰ دقیقه بیمار در وضعیت خوابیده به شکم قرار داده شود و همچنین جهت پیشگیری از تغییر شکل و خم شدن مفاصل لگن و ران ، از نشستن به مدت طولانی اجتناب شود. ورزش های غیر فعال در محدوده دامنه حرکتی مفاصل توسط خانواده یا فیزیوتراپیست انجام شود.

توصیه می شود ، هرگز از طرف شانه و دست آسیب دیده بیمار را جابجا نکنید .



فعالیت دوم :

بهبود در نحوه برقراری ارتباط : عدم توانایی در صحبت کردن با تلفن یا جواب دادن سوالات یا شرکت در محاورات سبب عصبانیت، یاس، ناامیدی و ترس از آینده در بیمار می شود

اشتباهی که عموماً افراد مرتکب می شوند کامل نمودن جملات بیمار است اینکار باعث می شود از اینکه به وی اجازه صحبت کردن نمی دهند احساس یاس بیشتری نماید. هنگام صحبت کردن با بیمار جلب توجه و آهسته صحبت کردن، استفاده از تابلو ارتباطی یا فهرستی تهیه شده از اطلاعات شخصی یا برنامه های روزانه بیمار نیز مفید واقع می شود .

فعالیت سوم :

حفظ سلامت پوست: چرخاندن و تغییر وضعیت بیمار به طور منظم در مراحل حاد حداقل هر ۲ ساعت انجام شود تا فشار وارد به پوست به حداقل رسیده و از تخریب آن جلوگیری شود.

لباس هایی که برای بیمار استفاده می شود ترجیحاً یک شماره بزرگ از اندازه طبیعی فرد باشد . ابتدا لباس ها از سمت آسیب دیده پوشیده شود .



فعالیت چهارم :

تحرک : ورزش در راه رفتن بیمار نقش دارد . از همان ابتدای بیماری ورزش را شروع نماید . یکی از ورزشها می تواند منقبض کردن عضلات چهار سر ران به مدت ۵ ثانیه باشد .