

# 脑震荡怎样治疗与护理

陈新梅（淮滨县中医院，河南信阳 464400）

脑震荡是一种常见疾病，一般是因为头部受到强烈撞击进而诱发，临床症状主要为头痛、头晕。同时，因为脑震荡患者创伤处于头部位置，所以往往会伴随着紧张、焦虑、恐慌等各类不良心理情绪，对患者生理、心理带来较为严重的限制。近年来，随着现代社会飞速发展，生活节奏越来越快，临床当中脑震荡发病率逐年提升，对于治疗与护理相关知识推广以及普及提出更高要求，需要结合脑震荡发病率，加大对脑震荡治疗以及护理分析与研究力度。

## 脑震荡概述

脑震荡属于一种轻型闭合性的颅脑损伤，现阶段，临床医学当中对于脑震荡致伤机制处于深入研究阶段，致伤机制并不明确，一些全新的研究显示，引发意识丧失的最核心、最关键因素为脑干网状结构上行激活系统出现一定损伤，最容易诱发和导致脑震荡的因素则为暴力形式。同时，大部分临床学者认为，脑震荡后患者头痛、短暂昏迷以及短暂性意识障碍发生的最主要原因为脑血管循环障碍、脑室系统受到脑脊液的冲击等各类因素。

## 常见的脑震荡症状以及体征

(1) 逆行性遗忘，可以称之为近事遗忘。患者意识在全面恢复后，对于远记忆或者往事记忆可以明确记忆，但是对于受伤时期的各种场景，或者对受伤开始前一段时间内各类事件无法有效记忆，部分患者可能会遗忘大量近期记忆，出现此类症状的最主要原因为脑震荡较为严重，原发昏迷时间相对比较长。

(2) 短暂性脑干症状。患者头部受到一定伤害之后，可能会立即出现意识障碍问题，部分患者表现为意识、神志不清晰，有的神志会完全昏迷，持续的时间有一定差异，有的患者可能保持几秒钟、几分钟，也有患者会保持几十分钟，但是大部分时

间都不会超过半小时。此外，脑震荡患者在组织展开神经系统检查过程中，检查结果一般为阴性，难以彻底查出阳性体征，部分脑震荡患者恢复时期，经常会出现耳鸣、呕吐、恶心、头疼、失眠等各类病情，大多数患者在一段时间内会逐步消失。

## 脑震荡检查方法

(1) 对脑震荡患者实施生化检验检查，大部分患者结果都在正常范围内部，也有部分患者检查结果显示为乙酰胆碱以及钾离子浓度不断上升、胆碱酯酶活性下降。

(2) 脑椎穿刺检查，结果多处于正常范围内，即患者颅内压正常，但是也有部分患者受到疾病影响，使得颅内压一定程度上下降。针对此类脑震荡患者检查脑脊液，可以发现其白细胞数值保持正常，颜色呈现出无色透明状态。

(3) 辅助检查，针对脑震荡患者实行颅骨 X 线检查，一般大部分脑震荡患者并没有骨折表现，实施 CT 扫描检查则会显示颅内以及颅骨没有异常表现，脑血流检查过程中则可发现受伤之后早期脑血流有一定减少，在受伤之后数月再实施脑电图检查，脑电图会逐步趋于正常。

## 脑震荡治疗与护理

### 密切观察病情

脑震荡病程相对较短，在大部分情况下是一种自限性疾病，基本可以自行痊愈恢复，不会遗留下较为严重的后遗症。因此，对于脑震荡的治疗主要以病情密切观察以及对症诊治为核心，因为大部分患者颅脑损伤之后，早期临床症状表现十分相似，在头部受伤之后必须立即就医，避免延误病情，快速展开头部 CT 检查检验，若是检查结果并没有十分明显异常问题，可安排患者在急诊室内观察 24 h 左右，严格密切的观察患者生命体征以及意识是否

出现异常,肢体活动是否保持正常以及瞳孔的改变。对回家进行自我护理与观察的患者,则需要嘱咐患者及其家属严密观察病情,若24 h有着明显的头痛、恶心以及意识、呕吐改变等,需要立即就医,避免治疗被延误,保证与维护患者生命安全。

### 药物治疗

脑震荡通常并没有什么特殊、重点治疗方案或手段,治疗主要以镇痛、卧床休息以及镇静等对症治疗为主。在脑震荡之后,患者一般需要卧床休息约1~2周左右,适当减少日常生活中脑力劳动时间,并给予止痛剂、镇静剂以及静脉注射葡萄糖,大部分患者都可自主恢复,对于少数头痛程度较为严重患者,则可配合舒适护理应用磷酸组胺、麦角咖啡因等。

此外,大部分脑震荡患者,头痛、头晕以及呕吐等各类症状会自行慢慢消失。若是症状超过3~6个月仍旧没有消失或者好转,建议需要前往医院进行检查,通过检查全面排除各类迟发性损害。若是检查结果保持良好,但是仍旧存在临床症状,可能是一种脑震荡后遗症,可服用一些维生素B<sub>1</sub>、谷维素、肌苷等药物,来有效调节和改进神经功能;头晕呕吐情况下,还可服用苯海拉明等药物进行对症治疗(药物必须要在医师指导下服用)。

### 舒适护理

舒适护理属于一种应用价值较高护理模式,合理应用可以让脑震荡患者尽快恢复。

(1) 心理护理。脑震荡患者受到撞击影响,可能会出现不良心理表现,主要为焦虑紧张、烦躁不安等,此时需要针对患者提供一定心理护理。实施有效的心理疏导干预,避免出现不良、不健康的心理情绪,引发头晕或者头痛等症状。心理护理过程中,护理人员可适当为患者提供成功恢复案例,

降低患者担忧、焦虑情绪,让其以积极心态配合治疗与护理。同时,护理人员可积极与患者家属交流,引导患者家属与患者进行沟通,帮助患者获取一定家庭支撑。

(2) 环境护理。护理人员要为患者创造一个舒适、健康的环境,对患者所处空间进行定时清洁通风,保持温度以及湿度,光线要尽量避免过于强烈,保证环境安静,以此来增强患者睡眠质量。同时,结合患者病情,可播放一些轻柔音乐,以此来舒缓患者情绪,保证患者睡眠治疗。

(3) 饮食护理。脑震荡患者饮食需要尽量以低脂、低盐以及高蛋白为核心,可适当食用鱼肉、鸡肉等食物,充分补充蛋白质。同时,还需要食用新鲜的水果、蔬菜,包括茄子、西红柿、香蕉、苹果以及葡萄等,为患者补充维生素。健康、高质量的生活模式能够适当缩短患者恢复时间。因此,建议患者在严格结合医嘱进行护理之后,还需要改善生活习惯和方式。

### 健康宣教

护理人员要结合患者病症状况、职业以及教育背景等实施全面、全方位评估,制定科学合理的护理方案,积极有效为患者传达更多与疾病有关知识,让患者明确了解脑震荡治疗方法、注意事项,不断加深患者对于脑震荡疾病的认识 and 了解,避免患者因为不理解进而产生焦虑以及恐惧心理。

### 小结

近年来,随着经济快速发展,交通工具越来越发达,脑震荡发病率不断提升,其中轻型脑震荡患者占据脑颅损伤患者的80%左右。针对此类患者,必须要应用科学合理的治疗与护理手段,持续增强治疗以及护理全面性,改进患者预后。