



脑出血的急救护理

李时（北京燕化医院，北京 102500）

在老年群体中，脑出血发生率很高，在急性期的病死率达到了20%以上。一旦出现脑出血，在第一时间开展急救是决定预后是否良好的关键。那么，如何开展急救呢？

脑出血的常见病因

（1）高血压：高血压是脑出血最为重要的病因之一。长期受高血压影响，血管内壁会变得薄弱、整体弹性下降，一旦遇到血压急速上升，很容易导致血管破裂而引发脑出血。

（2）糖尿病：糖尿病患者如果血糖控制欠佳，容易出现糖尿病相关慢性并发症，常见的有糖尿病周围血管病变，可导致动脉粥样硬化。当合并高血压时，非常容易引发脑出血。

（3）情绪激动：大喜大悲等情绪剧烈波动，会导致心跳加快、血压持续上升。

（4）酗酒：会使得血压持续升高，凝血机制发生改变，因脑血流加速而引发脑出血。

（5）吸烟：长期吸烟会导致动脉粥样硬化，血管脆性增加。

（6）气候变化：秋冬季是脑出血的高发季节，主要原因是寒冷刺激血管收缩，使得血压不断上升。

（7）心脏病以及血液系统疾病：如心肌梗死、心律失常、血小板不断减少可导致凝血功能障碍，

从而诱发脑出血。

脑出血的临床表现

脑出血患者的临床症状常在数分钟或数小时达到高峰，且由于出血部位和出血量的不同产生差异。

（1）运动和语言障碍：运动障碍主要以偏瘫为主，语言障碍则以言语不清为主。

（2）呕吐：有一半以上的患者会出现持续呕吐，可能与脑出血导致的颅内压持续升高等有关。

（3）意识障碍：有的患者表现为昏迷、嗜睡，这与脑出血量和脑出血部位有很大关系。在脑部较深部位短时间内会大量出血，甚至可引发意识障碍。

（4）眼部症状：瞳孔不等大常发生于颅内压增高出现脑疝的患者；还可以有偏盲和眼球活动障碍。脑出血患者在急性期，会表现出两眼凝视大脑出血侧（凝视麻痹）。

（5）头痛头晕：头痛是脑出血的主要症状，常常发生于出血一侧。随着颅内压持续升高时，疼痛可能会蔓延整个头部。头晕常常与头痛同时出现，特别是在脑干和小脑出血时。

脑出血的急救护理措施

脑出血是指非外伤性脑实质内血管破裂而引发

的出血症状，常常为高血压、脑动脉硬化、情绪激动等因素共同诱发，特点是发病突然、进展十分迅速。那么，该如何判断脑出血呢？

脑出血较为典型的症状是某一侧肢体突然无力麻木或瘫痪，患者可在毫无防备之下摔跤或手中物品突然掉落等；还可表现出流口水、口角斜歪、语言表达不清，甚至有呕吐、头痛以及视觉障碍问题。作为家属，应该立刻采取急救护理，避免病情进一步发展。

急救措施

(1) 一旦发现脑出血患者，首先让其保持平卧，并拨打急救电话，时刻关注呼吸情况。一旦发现呼吸不畅，让患者头偏一侧，避免引起窒息。

(2) 使用冷毛巾覆盖患者头部，因为血管在遇冷时会收缩，能够减少出血量。

(3) 患者如出现大小便失禁，就地处理，且不可以随便移动患者身体，以防脑出血加剧。

(4) 快速松解患者的衣领，保持室内空气通畅。在天冷时做好保暖工作，天热时重视降温处理。

(5) 如果患者在昏迷过程中出现强烈的鼾声，说明其舌根已经下垂，可以使用纱布或者手帕包住舌头，轻轻往外拉。

临床上，如果是轻微的颅内出血，需立即进行脱水降颅压，同时注意控制血压、止血，避免血肿的体积扩大。如果出现大量的血肿，需要手术治疗。术后，仍要使用抗感染、止血、降颅压的药物。

护理措施

心理护理

脑出血患者常表现出沮丧、忧郁、易怒、烦躁以及悲观等情绪。作为家属，要主动与患者进行交流沟通，耐心解释病情，多安慰和鼓励。通过创造良好的家庭氛围，消除脑出血患者的疑虑，建立做好功能康复训练的的决心和信心。

并发症的预防

(1) 每日定期帮助患者翻身，每次拍背4~6次。一旦发现患者出现发热、咳嗽、气喘，就要

立即就医。

(2) 注意患者会阴部位的清洁，预防交叉感染。观察尿液情况，一旦发现尿液混浊，可能是泌尿系统出现感染的症状，需立即治疗。

(3) 大部分瘫痪患者会出现便秘。而在用力排便时，可能导致脑出血复发。因此，要重视患者的饮食结构，多让患者食用高蛋白、低脂肪食物，多补充水分；同时，帮助患者养成定时定点排便的习惯，必要时使用通便药物。

(4) 患者瘫痪在床，特别是一些关键部位容易发生褥疮。因此，可使用软枕或者海绵垫保护，并且每2h翻身1次，避免出现推拉的动作。床垫尽量保持清洁干净，定时用温水擦拭患者身体，促进血液循环。

(5) 每天要对患者四肢进行按摩，每次时间控制在10min左右，可有效促进血液循环。一旦出现不明原因的发热或下肢疼痛，需要立即就诊。

保持肢体功能位

要让患者保持肢体功能位置，这是促进康复的前提。如在侧卧位或仰卧位时，要把头抬高，有助于促进血液循环。

进行功能锻炼

功能锻炼每天要进行3次，视身体情况适当增加次数。随患者身体逐渐康复，家属要给予更多的支持，如可配合按摩或者针灸。

(1) 保持上肢功能的锻炼：护理人员需要站在患者的患侧，一手握住患侧的手臂，另一手放置于肘关节上方，并将患肢按照顺时针进行旋转；同时，一手握住患肢，指导患者另一手做手指运动。

(2) 下肢功能锻炼：护理人员一手把握住患肢的踝关节，另一只手握住膝关节的下方，让踝关节得到舒展。

日常生活动作锻炼

家庭护理的最终目的是为了患者能够进行自理，逐步完成吃饭、穿衣等一些日常行为，由完全照顾过渡到协助照顾，最终达到生活自理。