

• 临床观察 •

康复训练指导对脑瘫患儿治疗效果的影响

陈静,沙丽娜

[摘要] 目的 探讨对脑瘫患儿家长进行康复训练指导的重要性和必要性。方法 采取以集体授课为主,单个指导为辅的方式对患儿家长进行康复训练指导,并鼓励其阅读有关脑瘫康复的书籍。结果 大多数患儿家长掌握了简单的家庭训练方法,如仰卧位抬头、翻身训练、坐位训练、四爬位姿势等。结论 让患儿家长了解脑瘫的病因、症状及家庭康复训练的重要性,配合治疗师的治疗,可缩短疗程,提高疗效,并在一定程度上减少治疗费用。

[关键词] 脑性瘫痪;患儿家长;康复训练指导

中图分类号:R742.3 文献标识码:B 文章编号:1006-9771(2006)04-0361-01

[本文著录格式] 陈静,沙丽娜.康复训练指导对脑瘫患儿治疗效果的影响[J].中国康复理论与实践,2006,12(4):361.

1 对象与方法

1.1 对象 2003 年 1 月~2004 年 5 月我院康复科收治的脑瘫患儿家长。脑瘫诊断符合 1998 年全国小儿脑瘫座谈会制定的诊断标准。

1.2 方法

1.2.1 集体训练指导 患儿家长每半月参加集体授课培训 1 次,主要由治疗师用浅显易懂的语言介绍脑瘫的有关知识,使家长了解此病的病因、症状和预后等,指导家长如何在日常生活中对患儿进行以下简单的家庭康复训练:①仰卧位抬头训练:使患儿双下肢屈曲仰卧于家长两膝之间,用双手牵拉患儿上臂扶助仰卧起立抬头,尽量使患儿下颏能抵前胸;②扭转训练:患儿仰卧于床上,家长用一手牵拉患儿相反侧上肢,诱发躯干扭转,注意防止患儿臀部倾斜,同样操作要反复进行;③翻身训练:在扭转训练的基础上,解除双下肢的抑制,促进翻身,然后再扶助患儿从俯卧位向仰卧位翻身,反复进行;④坐位训练:家长坐在患儿身边,将患儿两腿慢慢摆成直腿坐的姿势,使两膝自然分开,脊柱充分伸展,最好让患儿两手按压膝部,不能完成时可用沙袋压迫;⑤四爬位姿势训练:在手支撑训练之后,要进行四爬位姿势保持训练,家长在患儿背后用一手托起患儿腹部,用另一手压迫患儿臀部,促进两手和两膝支撑体重并左右摇摆,保持四爬位姿势不变,促进平衡以及脊柱和骨盆的分离运动;⑥蹲起站立训练:让患儿坐在木凳上,家长在患儿前面用两手扶持患儿两膝并向后按压,同时令患儿站起,开始时可扶持家长,慢慢使患儿独立站起,坐下再站起,反复训练,要注意足跟着地,防止动摇,矫正足内翻及尖足等;⑦独走训练:当独站能很好地完成后,方可进行行走训练,开始可借助拐杖、步行车、平衡棒等,逐渐过渡到独立行走,家长的任务是扶助和鼓励,增加患儿的安全感和信心。对肌张力高的患儿,家长怀抱时尽量将双下肢外展、外旋,面对或背对家长;或者采取让患儿两腿分开斜骑跨在家长一侧,髋部面对家长,尽可能使患儿髋关节伸展,家长用手托住患儿臀部。对肌张力低下的患儿,可

让患儿紧贴在家长身上,双下肢自然屈曲,家长一只手从腋下经过抱住患儿腰部,另一只手从腋窝下经过托住臀部,这样给患儿足够的支持和稳定力,使患儿可以抬头并伸直躯干。

1.2.2 个别指导 对文化水平不高的家长采取手把手指导,治疗师根据患儿的异常姿势给予详细的讲解。

除集体训练指导和个别指导外,鼓励家长多阅读有关本病的书籍,多向治疗师咨询训练方法、注意事项等,以便了解更多的康复知识和技能,并在平时护理患儿时加以应用,更好地配合治疗师对患儿进行康复治疗,提高患儿的日常生活质量。

2 结果

经过康复训练指导小组的定期培训,多数家长对本病有了进一步的了解,掌握了简单的家庭训练方法,能主动配合治疗师的治疗,在家中为患儿进行家庭康复训练,如仰卧位抬头、翻身训练、坐位训练、四爬位姿势等,提高了疗效,缩短了康复疗程。有少部分家长未配合治疗师的治疗,未对患儿进行家庭康复训练,故此部分患儿的症状改善或异常姿势消失较慢,疗程较长,治疗费用较高。

3 讨论

小儿脑瘫是儿科较常见但治疗时感到棘手的疾病,主要造成患儿的躯体移动障碍。脑瘫的康复治疗期较长,会给家长造成极大的精神压力和经济负担,如果家长能主动配合治疗师,使患儿自始至终保持在正常发育的姿势中,并使康复治疗得以连续,贯穿于患儿的日常生活中,将会提高疗效。因为治疗师对患儿的康复治疗时间是有限的,大部分时间是家长在陪护患儿,所以脑瘫的治疗需要家长的配合与支持。我们通过定期培训和个别指导,面对面地为家长示范讲解家庭康复训练方法,即生动形象,又易于家长理解掌握,克服了家长文化程度低对家庭康复训练带来的困难,使康复训练知识和技能渗透到患儿家庭当中,使家长对患儿的治疗更有信心,而家长了解本病的有关知识,掌握家庭康复训练的益处是可使患儿的异常姿势较快消失,缩短疗程,在一定程度上减轻了经济负担,提高了患儿日常生活动作的自主能力,使患儿最大程度地回归家庭和社会。

作者单位:郑州市儿童医院康复科,河南郑州市 450053。作者简介:陈静(1971-),女,河南郑州市人,护师,主要研究方向:脑瘫康复。

(收稿日期:2005-08-08)