

فعالیت ۱:

بیمار در هر ۲ ساعت تغییر وضعیت دهد و جهت چرخاندن بیمار به یک پهلوی بالشی بین زانوهای او قرار گیرد. زمانی که 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.



فعالیت ۲:

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 این کار باعث می شود از اینکه به وی اجازه صحبت کردن نمی دهند احساس یاس بیشتری نمایند. 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 ۳:

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

تغذیه مناسب سبب حفظ سلامت پوست می شود. لباس هایی که برای بیمار استفاده می شود ترجیحاً یک شماره بزرگتر از اندازه طبیعی فرد باشد. ابتدا لباس ها از سمت آسیب دیده پوشیده شود.

فعالیت ۴:

توصیه به بیمار که از همان ابتدای بیماری ورزش عضلات باسن و چهار سر ران که در راه رفتن بیمار نقش دارند را شروع نماید به صورت منقبض کردن عضلات با ۵ شماره چندین بار در روز انجام دهد توصیه می شود. هرگز از طرف شانه و دست آسیب دیده بیمار را نکشید.



فعالیت ۵:

زمان شروع تغذیه: از زمانی که بیمار هوشیار بوده و

به نام یگانه هستی بخش



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی گیلان

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی

استان گیلان

بیمارستان شهید حسین پور

توانبخشی در بیماران CVA



گروه هدف: بیمار و خانواده

کارگروه آموزش سلامت

ویرایش بهار ۱۴۰۴

توانایی تحمل غذا را داشته باشد که ابتدا بیمار را به پوزیشن نشسته قرار داده زیرا احتمال اسپیراسیون در این بیماران زیاد است. شروع مواد غذایی یا مایعات (آب) است، که ابتدا با قاشق مربا خوری در صورت تحمل از آب میوه، سوپ صاف شده ... استفاده می شود.

فعالیت ۶:

کاهش FROZEN SHULDER:

بیماران CVA 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 سندروم، حرکات چرخشی در ۲۴-۴۸ اول بعد از CVA در مفصل شانه فلج شده انجام گیرد.