

骨密度双能X线：儿童与老年人骨骼健康的守护者

□ 强光刘 安徽省第二人民医院放射科

在人类生命的各个阶段，骨骼健康都是一个至关重要的议题。从儿童时期的骨骼生长发育到老年时期的骨质疏松预防，骨骼的健康状况直接关系到我们的生活质量。随着科技的飞速发展，骨密度双能X线(DualEnergyX-ray Absorptiometry, DEXA)这一先进技术，已成为评估骨骼健康的关键工具。本文将通过通俗易懂的方式介绍DEXA技术的工作原理、应用范围，以及它在维护儿童和老年人骨骼健康中的重要性，从而帮助读者更好地了解这一技术，并认识到定期进行骨密度检测的必要性。

一、骨密度双能X线技术的工作原理

(1) **双能X射线源**：DEXA技术使用两种不同能量的X射线束，通常是低能量和高能量。这两种能量的X射线在通过人体时，会被不同组织(如骨骼和软组织)以不同的程度吸收。

(2) **吸收差异**：骨骼和软组织对低能量和高能量X射线的吸收率存在差异。骨骼由于其主要由钙质构成，对X射线的吸收能力较强；而软组织则对X射线的吸收能力较弱。DEXA技术正是通过测量这两种能量X射线在通过人体时的吸收差异，来准确区分骨骼和软组织的密度。

(3) **图像获取**：当X射线穿过人体后，会被一个专门的探测器所接

收。这个探测器会详细记录下每种能量X射线在经过人体前后的强度。通过比较原始X射线与穿透人体后X射线的强度差异，科学家可以精确地计算出骨骼和软组织对X射线的吸收情况。

(4) **数据处理**：计算机系统会对这些收集到的数据进行深入分析，并应用特定的算法来精确计算出骨骼的矿物质密度。

(5) **结果解读**：根据计算出的骨骼矿物质密度(BMD)值，医生能够全面评估个体的骨骼健康状况。通常，这一BMD值会与同年龄、同性别、同种族的健康人群的平均值进行比较，得出T值(与年轻健康人群比较得出的标准差得分)和Z值(与同年龄健康人群比较得出的标准差得分)，进而准确判断骨质疏松的风险。

二、骨密度双能X线技术的应用范围

(1) **骨质疏松症的诊断**：DEXA(双能X线吸收测量法)在骨质疏松症的诊断中占据着核心地位。它通过精确测量腰椎、髌部或手腕等关键部位的骨密度，为医生提供了一个量化的骨质疏松程度指标。这些数据会与同年龄、性别和种族的正常人群数据进行对比，从而得出T值和Z值，进一步确定个体是否患有骨质疏松症及其严重程度。通常，T值低于-2.5被视为骨质疏松症的诊断

标准。此外，DEXA还具有预测个体未来骨折风险的能力，这对于制定针对性的预防和治疗策略具有重要意义。

(2) **儿童和青少年骨骼健康评估**：在儿童和青少年中，DEXA的应用主要集中在评估骨骼的生长和发育状况。鉴于儿童和青少年的骨骼正处于快速发展的阶段，任何生长问题或骨骼疾病都可能对他们的长期健康造成显著影响。DEXA能够提供关于骨密度和骨骼结构的详尽信息，协助医生准确评估骨骼的健康状况，并监测治疗的效果。例如，在诊断生长激素缺乏症或其他影响骨骼生长的疾病时，DEXA可以帮助医生追踪治疗进展，确保骨骼得到正常且健康的发育。此外，DEXA还能用于评估营养状况和生活习惯对骨骼健康的影响，从而为儿童和青少年提供个性化的健康指导和建议。

(3) **骨密度双能X线技术在维护儿童与老年人骨骼健康中的重要性**

(1) **在儿童骨骼健康中的应用价值**：儿童时期的骨骼发育对成年后的骨骼健康具有决定性影响。DEXA技术的应用于检测儿童的骨密度，从而早期发现骨质减少或骨质疏松的潜在风险，进而及时采取干预措施，如调整饮食结构、增加体育活动等，以促进骨骼的健康发育。对于患有影响骨骼健康的疾病(如生长激

素缺乏、慢性肾脏病等)的儿童，DEXA技术还可以用来监测治疗效果，确保治疗方案的有效实施。通过定期检测，DEXA能够帮助评估儿童未来发生骨质疏松症的风险，为制定针对性的预防策略提供重要依据。

(2) **在老年人骨骼健康中的应用价值**：老年人是骨质疏松症的高风险群体，DEXA技术作为诊断骨质疏松症的金标准，能够协助医生精确评估患者的骨密度，从而及时诊断并制定相应的治疗计划。对于已经接受治疗的老年人，DEXA可以定期监测骨密度的变化，评估治疗效果，并在必要时调整治疗方案。此外，通过DEXA检测，医生能够评估老年人骨折的风险，进而采取针对性的预防措施，如药物治疗、生活方式的调整等，以减少骨折的发生。

通过本文的介绍，我们了解到双能X线骨密度技术(DEXA)是一种高效、安全的骨骼健康评估工具。它通过精确测量骨密度，不仅帮助医生准确诊断骨质疏松症，还能有效监测儿童的骨骼生长发育，并为老年人提供预防骨质疏松的科学依据。DEXA技术的应用显著提升了骨骼疾病诊断的精确性，并为个体提供了个性化的健康管理方案。因此，无论是儿童还是老年人，都应重视骨密度的检测，借助DEXA技术这一守护者，共同维护和促进骨骼健康。

支气管哮喘的诱发因素 生活中应如何护理

□ 王君 宁国市人民医院呼吸内科

支气管哮喘是一种常见的呼吸系统疾病，它会给患者的正常生活带来诸多不便。当支气管哮喘发作时，患者可能会经历胸闷、咳嗽或连续打喷嚏等症状。若未能及时接受治疗，这些症状可能会进一步加剧，包括出现哮喘音、气急、咳嗽加剧以及呼吸困难等，对患者的健康造成极大的威胁。支气管哮喘的诱发因素多种多样，因此，为了有效预防支气管哮喘的发作，我们在日常生活中需要尽量避免或减少这些诱发因素的影响。本文将对支气管哮喘的诱发因素进行具体分析，并探讨如何在生活中采取相应的护理措施来应对这些因素。

一、支气管哮喘的诱发因素

1. 室内外过敏原

支气管哮喘的过敏原种类繁多，其中大部分来自外部环境，例如粉尘污染、植物花粉、尘螨、动物毛屑、油漆以及染料等。在这些过敏原中，尘螨尤为常见且危害显著，它是室内环境中一种重要的过敏原，并且是支气管哮喘的重要诱因之一。尘螨的存在广泛，可以在尿液、皮毛、唾液以及粪便等分泌物中找到。此外，室内空气中的真菌也是不容忽视的过敏原，特别是在长期阴暗潮湿的环境中，真菌更容易滋生。

2. 气候的变化

在季节更替的秋冬之际，支气管哮喘的发病率会显著上升。这是因为秋冬季节气候频繁变化，日夜温差大，容易引发病毒性呼吸道感染，从而增加支气管哮喘的发作风险。同样，在春秋季节，气候的转换导致温度和湿度的变化，这种变化会加速细菌的繁殖，也增加了支气管哮喘发作的可能性。此外，春秋季节气压降低，使得大量花粉及有害粉尘更易聚集在地面，进而使得空气中这些物质的浓度增加，容易因吸入这些物质而导致支气管哮喘的发作。

3. 精神原因

对于支气管哮喘的高发群体来说，如果日常情绪波动较大或受到某种条件反射的刺激，都容易引发支气管哮喘的发作。

4. 呼吸道感染

有些患者由于肺部、气管、支气管或鼻窦的炎症感染，也可能因此诱发支气管哮喘的发作。

5. 药物因素

一些药物也可能是支气管哮喘的诱发因素。

6. 遗传因素

支气管哮喘与多基因遗传有密切的关联。如果一个人的亲属中存在支气管哮喘患者，那么其出现哮喘的概率相对于普通人更高。而且，随着亲属间亲缘关系越近，患病率也会相应增加。此外，如果哮喘患者的病情越严重，其亲属的患病率也可能呈现出增高的趋势。

二、支气管哮喘的日常护理办法

1. 按时服用药物

支气管哮喘患者日常应严格按照医嘱使用药物，如需外出游玩，应先根据医生的建议对自身健康状况进行评估。在外出期间，应持续坚持用药治疗，并尽量选择空气清新、气候环境较好的地方。鉴于支气管哮喘也常发生于婴幼儿，患儿的家长应每日确保患儿按时服药，并密切关注患儿药物使用的效果。外出时，也需根据医生的建议为患儿准备好所需的药物。

2. 饮食护理

支气管哮喘患者做好日常的饮食护理对于疾病的控制至关重要。在日常生活中，应避免摄入辛辣刺激性的食物，而应多食用新鲜的瓜果蔬菜，如丝瓜、萝卜、枇杷以及香蕉等，这些食物有助于稳定病情并促进身体的康复。此外，钙具有抗过敏的作用，因此支气管哮喘患者也应注意补充钙质，在饮食中多摄入钙含量高的食物，这有助于在一定程度上帮助患者稳定病情，减少疾病发作的频率。

3. 坚持锻炼

支气管哮喘患者日常应坚持进行适当的锻炼，以有氧运动为主，如散步、游泳或慢跑等，避免进行剧烈运动。坚持锻炼有助于提升身体的免疫力和抵抗力，从而降低支气管哮喘发作的风险。在锻炼过程中，要循序渐进地提升自己的活动耐力，若遇到气促、心率加快等不适症状，应立即休息。此外，日常运动量可根据病情的变化而适当调整。

4. 规律作息

养成良好的作息习惯对身体健康大有裨益，在日常作息中，支气管哮喘患者应努力保持早睡早起的好习惯，避免熬夜。熬夜不仅会降低人体的免疫力，还可能引发内分泌失调，从而加剧哮喘的病情。

5. 环境护理

支气管哮喘患者日常在室内环境中，应保持有良好的通风，多呼吸新鲜空气。在生活中，应远离刺激性气体，春季时要尽量避免接触花粉，外出时也要避开灰尘及油烟等污染物。若有吸烟习惯，应及时戒烟，这有助于稳定控制病情，促进身体早日康复。此外，当疾病发作时，患者应及时确定过敏原，并在之后的生活中避免与这些过敏原再次接触。

6. 保持良好的心态

由于支气管哮喘的发作，患者可能会感到精神日益紧张，心理压力也随之增大。日常情绪的剧烈变化或波动都可能成为哮喘的诱因。因此，支气管哮喘患者日常要学会稳定情绪，尽量保持心情舒畅。对疾病要有正确的认识，并对生活中的挫折和不愉快以积极、健康的态度去面对，保持良好的心态，这样才能有利于病情的稳定。

支气管哮喘的诱发因素多种多样，我们需要明确这些因素，并采取相应的日常护理措施，以便尽可能地预防哮喘，维持健康的生活状态。

甲状腺超声报告解读：了解甲状腺的“健康密码”

□ 殷超然 安徽省第二人民医院超声科

近年来，随着医疗技术的飞速发展，甲状腺超声检查已成为评估甲状腺健康状况的关键手段。本文将深入解读甲状腺超声报告，帮助大家了解甲状腺的“健康密码”。

一、甲状腺的重要性

甲状腺，这个形如蝴蝶的腺体位于我们颈部的前方，虽然体积不大，却肩负着人体至关重要的内分泌功能。它分泌的甲状腺激素不仅影响我们的生长发育，还调控着新陈代谢和能量消耗。因此，甲状腺的健康状况与我们的整体健康息息相关。

二、甲状腺超声报告的基本内容

检查部位及描述：甲状腺超声报告首先会明确标识检查的部位，即甲状腺及其周围组织结构。随后，报告会详细描述甲状腺的大小、形态以及回声特点。通常，正常的甲状腺呈蝴蝶形状，表面光滑，内部回声均匀。若甲状腺存在异常情况，如结节、囊肿、钙化等，报告中会对此进行详尽的阐述和描述。

三、甲状腺超声报告的解读要点

结节的大小与良恶性：结节的大小并非判断其良恶性的唯一标准。通常而言，直径小于1厘米的结节多数为良性，但也要注意，部分恶性结节的体积也可能较小。因此，在评估结节的良恶性时，我们需要综合考虑结节的形态、边界是否清晰、回声特性等多个方面的因素。

结节的形态与边界：恶性结节通常形态不规则，边界模糊不清，并且与周围组织存在粘连现象。相比之下，良性结节的形态较为规则，边界清晰可见，并具备完整的包膜。除此之外，恶性结节还可能展现出钙化、砂粒样回声等典型特征。

四、甲状腺超声报告的注意事项

报告解读需专业人士进行：甲状腺超声报告的解读确实需要具备一定的专业知识 and 临床经验。因此，当您收到超声报告后，为了更准确地了解报告内容和评估自己的健康状况，建议您及时

征对于评估甲状腺病变的性质具有重要的临床价值。

血流情况：报告中会详细描述甲状腺及其结节内的血流情况，包括血流的丰富程度、具体分布以及血流速度等细节。在正常情况下，甲状腺内部的血流分布应当是均匀的。然而，如果出现血流异常增多或减少的情况，这可能提示甲状腺存在某种病变。这些信息对于医生了解甲状腺及结节的代谢状态至关重要，从而有助于医生判断病变的性质。

颈部淋巴结情况：超声检查还会涉及对颈部淋巴结的检查，以便评估是否存在淋巴结的转移或炎症。

诊断意见：根据超声检查的详细信息，医生会给出初步的诊断意见。这些意见会涵盖甲状腺病变的严重程度以及可能的病因等。同时，医生还会结合患者的具体病情和个体差异，提出相应的治疗建议或建议进行进一步的检查。

五、甲状腺超声报告的解读要点

结节的大小与良恶性：结节的大小并非判断其良恶性的唯一标准。通常而言，直径小于1厘米的结节多数为良性，但也要注意，部分恶性结节的体积也可能较小。因此，在评估结节的良恶性时，我们需要综合考虑结节的形态、边界是否清晰、回声特性等多个方面的因素。

结节的形态与边界：恶性结节通常形态不规则，边界模糊不清，并且与周围组织存在粘连现象。相比之下，良性结节的形态较为规则，边界清晰可见，并具备完整的包膜。除此之外，恶性结节还可能展现出钙化、砂粒样回声等典型特征。

六、甲状腺超声报告的注意事项

报告解读需专业人士进行：甲状腺超声报告的解读确实需要具备一定的专业知识 and 临床经验。因此，当您收到超声报告后，为了更准确地了解报告内容和评估自己的健康状况，建议您及时

咨询专业医生进行解读和评估。

报告结果并非绝对：尽管超声检查结果通常具有较高的准确性，但仍存在一定的假阳性和假阴性风险。因此，在解读超声报告时，医生应综合考虑患者的病史、临床表现以及其他相关检查结果，进行全面而细致的评估。

定期复查：对于患有甲状腺结节的患者而言，定期复查是至关重要的。通过定期的超声检查，可以及时了解结节的生长变化或稳定情况，从而采取适当的治疗或监测措施。一般来说，建议每6个月至12个月进行一次超声检查，但具体频率还需根据医生的专业判断和患者的具体情况而定。

保持健康的生活方式：除了定期进行检查外，保持健康的生活方式也是预防甲状腺疾病的重要措施。建议患者保持均衡的饮食、适度的运动、规律的作息，并尽量避免过度劳累和情绪波动等不良因素。这些健康习惯有助于维护甲状腺的健康状态，降低患病风险。

综上所述，甲状腺超声报告是评估甲状腺健康状况的关键手段之一。通过细致解读报告中的各项指标和特征，我们可以更全面地了解甲状腺的健康状况，从而采取针对性的预防和治疗措施。同时，保持健康的生活方式也是预防甲状腺疾病的重要环节。希望本文能为大家提供关于甲状腺超声报告解读方法和注意事项的清晰指导，共同守护我们的健康。

膝关节镜手术后康复锻炼及注意事项

□ 李连娣 潜山市立医院骨科

膝关节镜手术是一种普遍用于治疗膝关节问题的微创技术。它显著减少了手术创伤并缩短了恢复时间。然而，术后的注意事项和康复锻炼对于手术的成功及患者的康复至关重要。本文将详细介绍膝关节镜手术后的注意事项和康复锻炼的方法，以帮助读者更好地进行术后护理和恢复。

一、膝关节镜手术后为什么要进行康复锻炼？

膝关节镜手术是一种微创手术，专门用于诊断和治疗膝关节的各种问题。手术过程中，医生会在膝关节内插入一根细长的镜子(即关节镜)以及其他微型手术工具，以便进行检查、修复和清理关节内的组织。这种手术通常由经验丰富的骨科医生执行，适用于治疗如韧带损伤、半月板撕裂、滑膜炎等多种膝关节问题。

二、膝关节镜手术后有哪些注意事项？

1、保持伤口的清洁和干燥是术后护理中极为关键的一环。术后的伤口应定期清洗，并使用无菌纱布进行妥善包扎。根据医生的建议及时更换敷料。务必避免水直接接触伤口，以防止感染的发生。同时，要确保伤口周围保持干燥，避免穿着过紧或不透气的衣物，以便为伤口的愈合创造一个良好的环境。

2、在康复期间，应当避免过度活动和负重。术后的膝关节需要得到充分的休息和恢复，因此，患者应严格遵循医生的指导，进行适度的康复训练和运动。然而，必须注意避免剧烈运动和承受过大的负荷，以免给膝关节带来额外的压力和损伤。

3、按时服用药物是术后恢复中极为重要的一环。患者应严格遵循医生的建议，按时服用止痛药、抗生素或其他所需药物。这些药物不仅有助于缓解手术后的疼痛，还能有效预防感染。同时，务必仔细阅读药物说明书，确保了解正确的使用方法和剂量，避免过量或漏服药物。

三、饮食和营养对术后康复至关重要

患者应保持均衡的饮食，确保摄入充足的蛋白质、维生素和矿物质。蛋白质对于伤口愈合和肌肉恢复

尤为关键，而维生素和矿物质则能为身体提供必要的营养支持。建议多吃新鲜水果、蔬菜和富含优质蛋白质的食物，同时尽量避免过多摄入高糖和高脂肪的食物。

三、膝关节镜手术后如何进行康复锻炼？

1、在进行任何康复锻炼之前，务必咨询医生或康复专家的意见。他们将根据患者的具体情况，量身定制合适的康复计划。这样不仅能确保患者的康复过程更加安全，还能提升康复效果。

2、肌力训练是康复期间的重要环节，特别是针对膝关节周围的肌力训练。通过使用弹力带、增加体重负荷或康复器械进行训练，重点锻炼大腿四头肌和腘绳肌，这能够显著增强膝关节的稳定性和力量。这些训练项目可以涵盖膝伸展、膝屈曲和踏步等动作，有助于膝关节功能的恢复和运动范围的扩大。此外，物理疗法也是辅助康复锻炼的有效手段，常用的方法包括热敷、冷敷、按摩和电疗等，它们有助于缓解疼痛、减轻肿胀并促进血液循环。

3、膝关节镜手术后，患者的平衡能力可能会受到影响。因此，平衡训练在康复过程中显得尤为重要。通过单腿站立、使用平衡板或稳定球等训练方式，可以有效提升膝关节的稳定性和控制能力。这些训练不仅有助于改善平衡能力，还能提高身体的整体

稳定性。

4、在康复过程中，逐步增加运动强度和范围是必要的。起初，可以从简单的活动如步行和骑自行车开始，随后逐渐过渡到更具挑战性的活动，如慢跑和蹬车等。通过逐步增加运动强度和范围，可以有效强化膝关节周围的肌肉和韧带，推动康复进展，使患者能够逐步恢复到正常的生活和运动水平。

膝关节镜手术是临床中常用的治疗膝关节问题的方法，术后的康复锻炼对于患者膝关节功能的恢复具有重大意义。膝关节术后，患者需要注意以下事项：保持伤口的清洁和干燥，避免过度活动和负重，按时服用药物，并注意饮食和营养的均衡。在康复锻炼方面，患者应根据医生的建议，适当进行如物理疗法、肌力训练和平衡训练等运动，以促进膝关节的恢复和功能的提升。同时，务必注意逐渐增加运动强度，避免过度运动导致的二次损伤。通过遵循正确的术后注意事项和科学的康复锻炼方法，患者可以加快康复进程，恢复膝关节的功能和稳定性。

三、脑梗死溶栓治疗的护理

(1) **治疗前的评估与准备**

在准备进行脑梗死溶栓治疗前，护士需要详细了解患者的发病时间、病情严重程度以及高血压、糖尿病等相关病史信息。同时，护士还需细致检查患者的症状和体征，以便更准确地判断患者是否适合接受溶栓治疗。

护士应与医生紧密合作，共同参与患者的危险性评估，以确定患者是否满足溶栓治疗的适应症，并排除任何可能的禁忌证。此外，还需评估潜在的并发症风险，特别是出血风险。基于评估结果，护士应向医生提供有针对性的建议和意见。

脑梗死溶栓的护理

□ 钟辰 无为市人民医院神经内一科

脑梗死作为一种常见的脑血管疾病，对人们的生命健康构成了严重威胁。溶栓治疗是目前广泛应用的一种治疗手段，它可以通过溶解血栓来恢复梗死区域脑组织的血液供应，从而减轻患者的神经功能损伤，并提高生存率、改善患者生活质量。然而，溶栓治疗过程中，细致的护理工作至关重要，以确保治疗效果的最大化，并降低潜在的治疗风险。

一、脑梗死的定义

脑梗死，也被称为脑卒中，是一种常见的脑血管疾病。它是由脑组织的供血中断或减少导致的脑组织缺血和缺氧的病理过程。脑梗死通常源于血栓或栓塞堵塞了脑动脉或其分支。

脑梗死的发病因素多种多样，包括高血压、动脉粥样硬化、糖尿病、高血脂以及心脏病等。这些因素可能导致血管壁损伤、血栓形成或动脉狭窄，进而诱发脑梗死。

脑梗死的临床表现因其梗死部位和范围的不同而有所差异。常见症状包括突发性面瘫、肢体无力、言语障碍、视力问题、感觉异常、头痛以及晕厥等。脑梗死的严重程度与梗死区域的大小和具体位置紧密相关，严重的脑梗死可能导致严重的神经功能损害，甚至威胁生命。

二、脑梗死溶栓治疗的作用

脑梗死溶栓治疗是一种针对脑梗死患者的有效方法，其核心作用在于通过溶解血栓来恢复脑组织的血液供应，从而减轻神经功能损害，挽救梗死区域的神经功能。

在脑梗死溶栓治疗中，通常使用组织型纤溶酶原激活剂作为溶栓药物。这种药物能够激活纤溶系统，促使血栓中的纤维蛋白溶解为可溶性的产物，从而恢复阻塞血管的通畅性。

脑梗死溶栓治疗的优势显著，它能够迅速恢复脑血流，减少脑组织的缺血损伤，并显著改善患者的神经功能和生活质量。然而，该治疗方法也伴有一定的风险，因此在治疗过程中必须对患者进行科学的护理和严密的监测，以确保治疗的安全性和有效性。

三、脑梗死溶栓治疗的护理

(1) **治疗前的评估与准备**

在准备进行脑梗死溶栓治疗前，护士需要详细了解患者的发病时间、病情严重程度以及高血压、糖尿病等相关病史信息。同时，护士还需细致检查患者的症状和体征，以便更准确地判断患者是否适合接受溶栓治疗。

护士应与医生紧密合作，共同参与患者的危险性评估，以确定患者是否满足溶栓治疗的适应症，并排除任何可能的禁忌证。此外，还需评估潜在的并发症风险，特别是出血风险。基于评估结果，护士应向医生提供有针对性的建议和意见。

在治疗过程中，护士还需协助患者进行必要的检查，以明确诊断并帮助医生制定更为精准的治疗方案。护士应确保患者按照医嘱完成所有检查，并及时记录和汇报检查结果，为医生提供有力的数据支持。

(2) 治疗期间的监测与观察

在溶栓治疗过程中，护士需密切监视患者的意识状态、瞳孔反应、肢体活动等神经功能指标，一旦发现异常变化，应立即记录和报告。这些指标的变化可能预示溶栓治疗的效果或潜在并发症的出现，护士需及时反馈给医生，并遵医嘱采取相应处理措施。

同时，护士应严格按照医嘱进行药物输注，并随时留意溶栓药物的输注速度以及患者的耐受性和不适症状。一旦发现异常，应立即采取相应措施。

此外，护士还需监测患者的凝血酶原时间(PT)、活化部分凝血活酶时间(APTT)等血液凝栓参数，以确保治疗的安全性。通过监测这些指标的变化，护士能够准确评估患者的凝血功能，并在必要时调整溶栓药物的剂量或暂停治疗，以确保患者的生命安全。

(3) 治疗后的护理与康复指导

在脑梗死患者的康复过程中，护士应积极协助患者进行康复训练和功能恢复。这包括协助患者进行行动训练，如走路、上下楼梯等，以帮助他们恢复肢体活动能力。同时，护士还需协助进行言语康复，帮助患者提高语言表达能力，并进行吞咽功能训练，以恢复患者的吞咽功能。

为了增强患者和家属对疾病的认知，护士应提供必要的康复指导，详细解释脑梗死的病因、预后以及日常护理的要点。通过详细的解释和指导，帮助患者和家属更好地理解疾病，掌握正确的护理和康复训练方法。

此外，护士还应提供心理支持及教育，帮助患者和家属应对脑梗死带来的心理压力和困惑。护士应倾听他们的情绪和顾虑，并给予积极的回应和建议。同时，护士还可以教育患者关于积极的生活方式改变，如戒烟、控制饮食、适量运动等，以促进康复和预防疾病的再次发生。

本篇科普文章主要介绍了脑梗死的定义、溶栓治疗的作用，并着重阐述了脑梗死溶栓治疗中的护理措施。这些护理措施包括治疗前的全面评估与准备、治疗期间的严密监测与观察，以及治疗后的专业护理与康复指导等方面。通过阅读本文，读者能够更深入地了解脑梗死溶栓治疗的护理工作。我们希望通过科普的方式，提升公众对脑梗死溶栓治疗的认识，促进医护人员在护理过程中的专业水平提升，从而为患者的康复和健康贡献一份力量。

