

# 中风护理团队

与您共同护理中风的各方面问题的专业医护人员团队。

无论是在医院还是在家，中风护理团队会与您和您的家人共同努力。所以记录下中风护理团队人员的姓名和联系方式将有很大帮助。

中风护理团队成员	医护人员姓名与联系方式
医院：	
医生：	
综合诊疗所/全科医生诊所：	
护士：	
职能治疗师：	
物理治疗师：	
语言治疗师：	
药剂师：	
营养学家：	
医疗社工：	
神经科心理学家：	
其他：	



# 出院需知

为了帮助您从中风后的恢复，您需要与医疗看护团队和看护者沟通您的需要。请使用以下的清单来帮助您，并确保您回答了所有的问题。

- 1** 诊断结果是什么？  缺血性中风  
 出血性中风

- 2** 导致中风的风险因素有哪些？(可多选)

- 高血压       高胆固醇       糖尿病  
 吸烟       过度饮酒       心房纤维颤动/  
 其他: \_\_\_\_\_      其他心脏问题

- 3** 如何预防再次中风？

---

---

---

- 4** 需要服用什么药物？药物的用途和服用频率？可否帮我填写以下药物清单？

药物名称	用途	频率	医嘱

5 康复计划是什么？

---

---

---

6 可能会面临哪些生理、心理、行为和沟通的挑战？  
应该如何面对和克服这些挑战？

---

---

---

7 是否应该联系社区中风和医护援助团队？

---

---

---

8 应在何时，何地，进行检查？应做哪些检查项目？

---

---

---

9 如我对入院有任何疑问，可以联系的人及其联系方式？

---

---

---

备注：

---

---

---

---

---

# 中风后常规监测

不知如何在中风后的医疗随访中告知医生细节？

这是由全球卒中社区咨询小组[2012]制定的中风后常规检测项目，得到世界卒中组织的认可，并由心脏和卒中基金会加拿大卒中最佳实践建议开发小组[2014]改编。

## 自中风或上次的评估之后

### 1 再次中风预防

您是否收到关于改善生活方式的建议或可预防再次中风的药物？

否

将患者转诊到初级保健医疗或中风预防服务处进行风险因素评估和治疗。

是

继续观察病情

### 2 日常生活活动 (ADL)

您是否觉得照顾自己更加困难？

否

继续观察病情

是

您是否有以下困难：

穿衣，洗漱，沐浴？

准备热饮或热餐？

出门？

如有其中一项，请考虑转介给居家护理服务；适当的治疗师；中风预防服务处。

### 3 运动

您是否有行走或安全行动的困难（如：从床上到椅子上）？

否

继续观察病情

是

是否正继续接受康复治疗？

否

请考虑转介给居家护理服务；适当的治疗师；中风预防服务处。

是

记录病例，下次评估时查看。

#### 4 肌肉僵硬

手脚四肢是否更加僵硬?

否	<input type="radio"/>	继续观察病情
是	<input type="radio"/>	是否影响日常活动?
		<input type="radio"/> 否 记录病例，下次评估时查看。 <input type="radio"/> 是 请考虑转介给康复服务；中风预防服务；有治疗中风患者经验的医师（如：康复科医师，神经科医师）处。

#### 5 疼痛

是否有新的病痛?

否	<input type="radio"/>	继续观察病情
是	<input type="radio"/>	确保由疼痛管理科医疗人员进行充分的评估。

#### 6 大小便失禁

是否有困难控制大小便?

否	<input type="radio"/>	继续观察病情
是	<input type="radio"/>	请考虑转诊给有治疗大小便失禁经验的医师；中风预防服务处。

#### 7 交流

是否有交流困难?

否	<input type="radio"/>	继续观察病情
是	<input type="radio"/>	请考虑转介给言语治疗师；康复服务；中风预防服务处。

#### 8 情绪

是否感到焦躁，抑郁?

否	<input type="radio"/>	继续观察病情
是	<input type="radio"/>	请考虑转诊给有治疗中风后情绪变化经验的医疗员（如：心理学家，神经科心理学家，精神科医师）；中风预防服务处。

## 9 认知

是否有思考，集中注意力或是记忆方面的困难？

否	<input type="radio"/>	继续观察病情
是	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 否 记录病例，下次评估时查看。
		<input type="radio"/> 是 请考虑转诊给有治疗中风后认知变化经验的医疗员；中风预防服务；记忆诊疗所。

## 10 中风后生活

您是否在进行休闲活动、爱好、工作或性活动中遇到了更多困难？

否	<input type="radio"/>	继续观察病情
是	<input type="radio"/>	请考虑转介给中风患者互助机构及小组；休闲，职业或娱乐治疗师处。

## 11 人际关系

与家人、朋友或其他人的关系出现更多问题或更紧张？

否	<input type="radio"/>	继续观察病情
是	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 安排下一次初级保健访问，与病人和家人讨论问题。
		<input type="radio"/> 请考虑转诊给中风互助机构或者有接诊中风患者以及协调家庭成员关系经验的医疗人员（如：心理学家，辅导员，治疗师）。

## 12 疲劳

你是否感到疲劳，且影响运动或进行其他活动？

否	<input type="radio"/>	继续观察病情
是	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 初级保健提供者讨论疲劳问题。
		<input type="radio"/> 考虑转介给居家护理服务进行教育和辅导。

## 13 其他困难

您是否有其他与中风相关的困难或疑虑妨碍您的康复或引起您的困扰？

否	<input type="radio"/>	继续观察病情
是	<input type="radio"/>	<input type="radio"/> 安排下一次初级保健访问，与病人和家庭成员讨论困难与困扰。
		<input type="radio"/> 考虑转介给医务人员；中风互助机构。





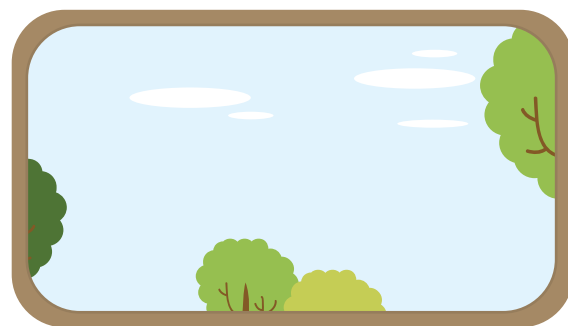
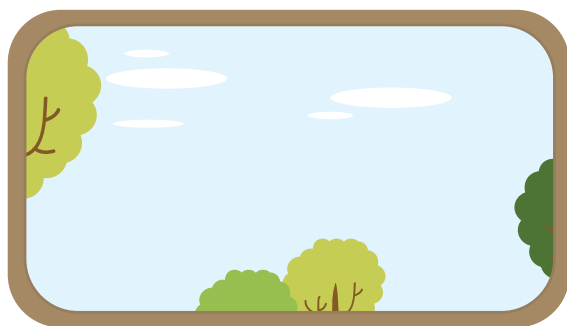
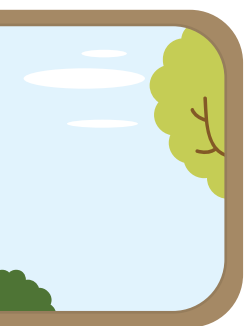
# 我的血液化验日志

以下示例模版用于记录您的血液测试结果。记录血液测试结果有助于您和医生管理风险因素。

根据情况，需要不同的目标。咨询医生了解您的血液测试目标范围。

测试	日期	日期	日期	日期	日期
低密度脂蛋白 (LDL)					
目标					
空腹血糖					
目标					
糖化血红蛋白 (HbA1c)					
目标					
评语					





**Stroke Services Improvement**

[www.healthhub.sg/strokehub](http://www.healthhub.sg/strokehub)

2017年12月发布

2022年3月修订

