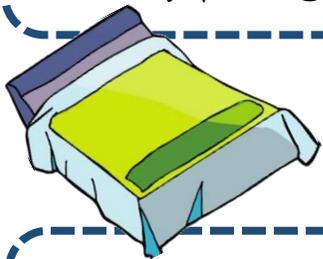


居家環境的改良及安排

房間宜設在明亮且較易注意到的地方



床鋪應選軟硬適中的床墊，床高以二腳下床剛好碰到地面為最理想



衛浴設備宜將門檻拆除，並加裝扶手及防滑墊，廁所以坐式馬桶較安全



附近巴士資訊

史泰伯/麗景灣	21A, 22, 25, 25X, 26A, 28A, 33, 50, 50X, MT1, N3
盧廉若/菩提園	35
廣東大馬路/鴻發/成都街	11, 30, 35

地址：氹仔米尼奧街菩提社會服務大樓
Rua do Mindo, Edifício de Serviços Sociais de Pou Tai, Taipa, Macau
電話: 2857 8000
傳真 2857 8012
電郵: ptcs@poutai.org.com
網頁: www.poutai.org.mo



菩提長者綜合服務中心

中風護理

衛教資訊

中風護理主要目標

增強患者的自我照顧能力

保持肢體的功能、預防併發症

改善患者生活質素

中風護理注意事項

鼓勵患者自我照顧
如：梳洗、更換衣服等



肢體的功能鍛鍊
保持關節的活動幅度及減低肌肉萎縮和痙攣。



注意均衡飲食
依照健康飲食金字塔為原則，多選五穀、水果蔬菜類，肉類、豆類及奶類要適應，油、鹽、糖應減少進食。



大小便護理

處理大小便失禁先要找出主要原因，配合適當的處理方法。如導尿管，要固定及因應需要而更換及每天清洗。



重視患者心理健康

透過關懷、體諒及幫助，與患者共同面對這些轉變及挑戰。



加強溝通

與患者溝通時要有耐性和多加鼓勵，可以用簡單字句、手勢及一些輔助工具如實物、圖片或文字卡等幫助溝通。

