

Kegiatan rehabilitasi harian untuk pasien stroke

中風病人日常復健活動-中印

Stroke merupakan faktor utama penyebab kecacatan pada manusia dan juga merupakan salah satu dari sepuluh penyebab kematian terbesar di Taiwan. Pasien stroke seringkali memerlukan rehabilitasi dalam jangka waktu yang lama untuk dapat melanjutkan beberapa aktivitasnya. Walaupun kematian sistem saraf pusat tidak dapat diubah, beberapa fungsi tubuh masih dapat dipulihkan melalui rehabilitasi dan perbaikan otak secara alami. Oleh karena itu, ada konsep rehabilitasi yang benar. penting.

腦中風是造成人類後天殘疾的主要因素，同時也是台灣十大死因之一。中風病人往往要經過長時間的復健才能恢復部分的活動，雖說中樞神經的死亡是不可恢復的，但透過復健及腦部自然修復，還是可以找回部分的身體功能，因此有正確的復健觀念是非常重要的。

I. Tujuan rehabilitasi 一、復健的目的

Melalui latihan rehabilitasi yang berulang, olahraga dapat menginduksi gerakan, dan gerakan yang hilang dapat dipulihkan. Pasien stroke menerima rehabilitasi intensif intensitas tinggi di rumah sakit selama fase akut, yang dapat membantu memulihkan mobilitas dasar, mobilitas, keseimbangan, kognisi, fungsi bahasa dan fungsi kehidupan sehari-hari.



透過反覆的復健運動，運動能誘發動作，失去的動作可能會因此恢復。腦中風病人急性後期住院接受密集的高強度復健，有助於基本活動力、行動力、平衡感、認知、語言功能和日常生活功能恢復。

II. Kapan rehabilitasi dimulai? 二、復健什麼時候開始？

Studi klinis menunjukkan bahwa intervensi ambulasi dini yang frekuensi tinggi dan agresif dalam waktu 24 jam setelah stroke dapat menimbulkan bahaya, namun rehabilitasi

Kegiatan rehabilitasi harian untuk pasien stroke

中風病人日常復健活動-中印

dini dalam waktu 48 jam setelah stroke dapat mengurangi angka kematian; stroke dalam waktu 24 hingga 72 jam setelah stroke Pusat kemudian mulai menerapkan tindakan pencegahan dini. aktivitas di luar tempat tidur, yang dapat membantu meningkatkan kinerja fungsi motorik jangka menengah dan panjang serta kemandirian berjalan jangka pendek.



臨床研究指出在中風後 24 小時內高頻率且積極地早期下床活動介入可能會造成危害，但是在中風後 48 小時內執行早期復健能降低死亡率；中風後 24 至 72 小時內於腦中風中心便開始執行早期下床活動，有助於增加中長期的動作功能表現及短期內行走獨立性。

III. Dimana tempat terbaik untuk rehabilitasi? 三、復健在哪進行比較好？

Umumnya, jika kondisinya stabil dan tidak perlu perawatan tambahan, dokter rehabilitasi akan diberitahukan sesegera mungkin untuk evaluasi dan dapat dilakukan di bangsal; Pergi ke bangsal kronis departemen rehabilitasi; sebagai tambahan, setelah keluar dari rumah sakit, ada juga pilihan seperti layanan rawat jalan departemen rehabilitasi atau rehabilitasi rumah perawatan jangka panjang.

一般若病況穩定，無須加護照護，會盡快照會復健科醫師評估，可於病房進行；若評估有急性後期照護復健需求（Post-Acute-Care，簡稱：PAC），經團隊評估會轉至復健科慢性病房；另外出院後也有復健科門診或長期照護居家復能等選擇。

IV. Apa yang termasuk dalam rehabilitasi? 四、復健運動包括哪些？

1. Fisioterapi: gerakan tubuh besar seperti membalikkan badan, membalikkan badan, mengubah postur tubuh, berjalan dan mobilitas lainnya.
 - 1.物理治療：身體大動作如翻身、轉位、變換姿勢、行走等活動能力。
2. Terapi okupasi: gerakan tubuh halus, meningkatkan kemampuan hidup sehari-hari, seperti kemampuan merawat diri seperti mengambil benda dan mengenakan pakaian.

Kegiatan rehabilitasi harian untuk pasien stroke

中風病人日常復健活動-中印

2. 職能治療：身體細部動作，增進日常生活能力，如：拿取物品、穿衣服等自我照顧能力。
3. Terapi wicara: Pijat wajah, latihan rehabilitasi otot pipi, dan latihan gerakan menelan.
3. 語言治療：臉部的按摩、臉頰肌肉的復健運動、吞嚥動作的訓練。

V. Tindakan pencegahan untuk rehabilitasi 五、復健注意事項

1. Walaupun semakin cepat dimulai rehabilitasi akan semakin baik, namun Anda tetap perlu memperhatikan apakah stroke Anda masih stadium lanjut dan tanda-tanda vital Anda masih belum stabil (seperti: demam, tekanan darah rendah).
1. 雖然復健越早開始越好，但仍需考慮本身是否還在中風進展期、生命徵象仍不穩定（如：發燒、血壓太低）。
2. Cedera otak masih menjadi tantangan besar bagi tubuh. Setiap pasien memiliki tujuan rehabilitasi yang berbeda, dan pemulihan fungsional yang diharapkan juga berbeda. Jika keadaan pra-morbid tidak dapat dipulihkan, tujuannya adalah untuk menghindari kontraktur otot atau komplikasi lainnya.
2. 腦部損傷仍然是身體一大挑戰，每位病人復健目標不同，預期功能恢復也不同，若未能恢復致發病前狀態仍需以避免肌肉攣縮或其他合併症為目標進行。
3. Rehabilitasi pertama harus didampingi oleh seseorang atau anggota keluarga, jika tidak didampingi oleh seseorang, jangan melakukan aktivitas sendirian untuk menghindari jatuh atau cedera lain yang tidak terduga.
3. 首次復健務必有人或家屬陪同，若無人陪伴切忌單獨進行活動，避免跌倒或其他非預期之傷害。
4. Selama aktivitas, perlu diperhatikan apakah pasien merasa tidak nyaman setiap saat, untuk menghindari stroke lagi.
4. 活動過程中須隨時關心病人是否有不舒服，避免發生再次中風。