

总之,计算机技术的发展为失语症的治疗提供了新的方法和手段,但是人与人的交流是任何机器取代不了的。

参 考 文 献

- 1 Mills, RH. Computerized management of aphasia, In: Chapey R, ed. Language intervention strategies in adult aphasia. 2nd ed. Los Angeles: Williams & Wilkins, 1986. 333-340.
- 2 Grawemeyer B, Cox R, Lum C. Audix: a knowledge-based system for speech therapeutic auditory discrimination exercises. Stud Health Technol Inform, 2000, 77: 568-572.
- 3 Mates J, Von Steinbuchal N, Wittmann M, et al. A system for the assessment and training of temporal-order discrimination. Comput Methods Programs Biomed, 2001, 64: 123-131.
- 4 林良明, 丁洪. 微机言语训练系统. 中国康复医学杂志, 1994, 9: 27-29.
- 5 Aftonomos LB, Stalle RD, Wertz RT. Promoting recovery in chronic aphasia with an interactive technology. Arch Phys Med Rehabil, 1997, 78: 841-846.
- 6 Katz RC, Wertz RT. The efficacy of computer-provided reading treatment for chronic aphasic adults. J Speech Lang Hear Res, 1997, 40: 493-507.
- 7 Naeser MA, Baker EH, Palumbo CL, et al. Lesion site patterns in severe, nonverbal aphasia to predict outcome with a computer-assisted treatment program. Arch Neurol, 1998, 55: 1438-1448.
- 8 Albert ML. Treatment of aphasia. Arch Neurol, 1998, 55: 1417-1419.
- 9 Weinrich M, Shelton JR, McCall K, et al. Generalization from single sentence to multisentence production in severely aphasic patients. Brain Lang, 1997, 58: 327-352.

(收稿日期: 2001-11-13)

(本文编辑: 郭正成)

· 短篇报道 ·

产后锻炼对产妇体型恢复的影响

许细叶 陈红 兰霞

在现阶段,由于人们对生活质量的追求存在差异,许多产妇对产后锻炼认识不足,以至于忽视了产后锻炼。我们通过向产妇宣教产后锻炼的重要性,并指导和督促产妇进行产后保健操锻炼,取得了良好的临床效果。

2000 年 2 月~2001 年 5 月在本科住院的正常健康顺产产妇 100 例,年龄 23~30 岁,平均住院 5 d,按同等条件分为对照组 50 例,实验组 50 例。2 组产妇产后第 1 天腹围与体重平均值比较,差异无显著性($P>0.05$)。

2 组产妇都按产后护理常规进行护理,都于产后第 1 天评估腹肌张力情况(弹性、光泽、皱折)、测量腹围、体重。实验组产妇于产后第 2 天由包干护士宣教产后锻炼的益处、方法、注意事项,让其自愿同意产后锻炼,然后教会其做产后保健操,并告诉产妇应坚持做到产后 60 d;对照组产妇未指导做产后锻炼。最后通知 2 组产妇于产后 60 d 到医院来做健康检查,再次评估腹肌张力情况、测量腹围、体重。

产后保健操:第 1 节—仰卧,深吸气,收腹,然后呼气;第 2 节—仰卧,双臂伸直置于体旁,收缩与放松肛门括约肌;第 3 节—仰卧,双臂伸直置于体旁,双腿交替抬高与同时抬高至 90°;第 4 节—仰卧,髋与腿放松,髋膝稍屈,足底置于床上,尽力抬高臀部与背部;第 5 节—仰卧起坐;第 6 节—手、膝跪位,双膝分开,肘伸直,双手平放床上,腰部左右旋转。第 7 节—前臂、膝跪位,双腿交替向后高举。

保健操于产后第 2 天开始,每天早晚各做 15 min,每节重复 8~16 次。一般于产后第 2 天开始做第 1、2 节,第 4 天开始加做第 3、4 节,产后 15 d 开始加做第 5、6、7 节,一直坚持做到

产后 60 d。

2 组产妇产后第 1 天与第 60 天腹围差值、体重差值见表 1。

表 1 2 组产妇产后第 1 天与第 60 天腹围、体重差值比较($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	产后第 1 天与第 60 天腹围差值	产后第 1 天与第 60 天体重差值
对照组	50	7.50 ± 2.60 [*]	3.97 ± 1.67 [#]
实验组	50	13.60 ± 2.38 [*]	6.34 ± 2.29 [#]

注: * 2 组腹围差值比较,实验组明显高于对照组($P<0.05$);[#] 2 组体重差值比较,实验组明显高于对照组($P<0.05$)

讨论 2 组产妇产后第 1 天与第 60 天的腹围和体重降低,实验组腹围与体重下降值明显高于对照组,而且在产妇回访时,我们发现实验组产妇的腹肌明显收紧、张力恢复、弹性强,腹壁皮肤有光泽,而对照组产妇腹肌较松、张力恢复欠佳,皮肤有皱折、光泽度差,这说明产妇坚持做保健操锻炼对产妇的体型恢复作用是明显的,应该向产妇大力宣传推广。产后锻炼还能促进血液循环,使人精力旺盛,有利于恶露的排出和大小便通畅,增进食欲,易于入睡,促进乳汁分泌,保证母乳喂养,减少产后并发症的发生。产后锻炼应注意以下事项:锻炼前应开窗以保持室内空气新鲜、穿着宽松衣服、排空小便、移去枕头;在硬板上运动;由简单的动作开始,依个人耐受程度而逐渐增加动作,避免过于劳累;避免饭前饭后 1 h 内进行锻炼;必须坚持锻炼 2~3 个月;运动时如有出血或不适感,应立即停止运动;剖宫产产妇可先进行促进血液循环的项目,如深呼吸运动,其他运动待伤口愈合后再逐步进行。

(收稿日期: 2001-11-28)

(本文编辑: 郭正成)