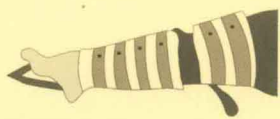


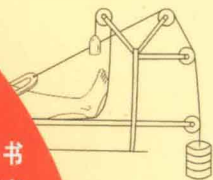
总主编◎孙虹 副总主编◎王曙红 李映兰

主编◎彭伶俐 龙海涛



什么是牵引术

牵引术是利用持续的适当牵引力和对抗牵引力的作用,使骨折复位、减轻疼痛、炎症肢体的制动和抬高、牵拉畸形肢体的挛缩、皮肤牵引和骨牵引,在老年股骨颈骨折的牵引中,皮肤牵引,牵引时间为4~6周,牵引重量为体重的1/3,能起到复位、固定患肢的作用。



下肢骨折病人的护理

下肢骨折病人,应共同搬运,一人托住病人,将病人轻轻放上床。

图说

美国中华医学基金会社区培训项目用书
湖南省医学会健康管理学专业委员会推荐用书
图说健康指导系列丛书

股骨颈骨折

股骨颈骨折,多见于老年人,骨折多系内收、外旋、短缩、重叠、移位。

不一定能看到骨折线,但骨折后出血不凝,肌肉群的包膜肿胀。

骨折后疼痛

髋部除有自发疼痛外,移动患肢时疼痛更为明显。在患肢足跟部或大粗隆部叩打时,髋部也感觉到疼痛。



什么是骨质疏松

骨质疏松是多种原因引起的一组骨病,骨组织有正常的钙化,钙盐与基质呈正常比例,以单位体积内骨组织量减少为特点的代谢性骨病变。



CIS



湖南科学技术出版社

美国中华医学基金会社区培训项目用书
湖南省医学会健康管理学专业委员会推荐用书
图说健康指导系列丛书

图说

股骨 颈骨折

总主编◎孙虹
副总主编◎王曙红 李映兰
主 编◎彭伶俐 龙海涛
编 者◎彭伶俐 龙海涛 王 金 杨佳琪



湖南科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

图说股骨颈骨折 / 彭伶俐, 龙海涛 主编. -- 长沙 : 湖南科学技术出版社, 2012. 12

(图说健康指导系列丛书)

ISBN 978-7-5357-7112-4

I. ①图… II. ①彭… ②龙… III. ①股骨颈—骨折—防治—图说 IV. ①R683.42-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 020284 号

图说健康指导系列丛书

图说股骨颈骨折

总 主 编: 孙 虹

副总主编: 王曙红 李映兰

主 编: 彭伶俐 龙海涛

责任编辑: 邹海心 郑 英

文字编辑: 唐艳辉

出版发行: 湖南科学技术出版社

社 址: 长沙市湘雅路 276 号

<http://www.hnstp.com>

邮购联系: 本社直销科 0731-84375808

印 刷: 长沙超峰印刷有限公司

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址: 宁乡县金洲新区泉洲北路 100 号

邮 编: 410600

出版日期: 2012 年 12 月第 1 版第 1 次

开 本: 710mm×1000mm 1/16

印 张: 6.25

书 号: ISBN 978-7-5357-7112-4

定 价: 20.00 元

(版权所有 · 翻印必究)

总序

为医学书籍作序，更准确地说，为健康有关的医学科普丛书作序，是一件不容易的事。但当我看到这样一群来自临床一线的医务人员在废寝忘食、无怨无悔地完成繁重的疾病救治工作的同时，还能为提高百姓的健康素养和疾病防治知识而拾笔耕耘，默默奉献的时候，我被深深地感动了。他们对百姓健康的执着、他们的敬业以及社会责任感，深深触动了我。作为一名专门从事健康科普教育多年的“行内读者”，我在感佩之余也想说点什么，权当这一套丛书的序吧。

进入21世纪，人类生存与发展面临前所未有的巨大挑战。这一方面来自城镇化、老龄化、生活方式改变与疾病谱变化的深刻影响与挑战；另一方面来自人们的健康意识增强、对医疗保健需求日益增长的诉求与压力。现代健康观应该是全生命周期的健康维护与管理；现代医学观应该是以健康为中心、预防为主、防治结合、疾病康复与老年照护并重；现代医事观应该是以人的健康为本，以疾病预防为主和遵循“战略前移”和“重心下移”的方针。医者应怀仁爱之心，施精准之术，成生命健康之美；患者应怀感恩之心，施友善之情，成和谐之美。健康医学以科学知识与技术来探索生命的奥秘、维护健康之完美、挽救生命于危难。如果说我们研究疾病、治疗疾病，体现的是生命与健康的科学属性，那么，进行疾病预防知识的普及与推广，则包含了医学丰富的社会人文属性，诠释了人与人之间的关怀。人类健康的根本应该“防重于治”，这一理念和行为将直接起到推动社会进步的作用。

“君子讷于言而敏于行”，中南大学湘雅医院孙虹院长及他的同事们，不辞辛苦组织精英团队编写了这套健康丛书，做了一件惠及老百姓的实实在在的好事情。

《图说健康指导系列丛书》与大家见面了，这是一件让身陷疾病痛苦的患者及其亲属所欣慰的事情，也是普通群众普及健康行为的途径之一。这套丛书秉承了严谨求实、精益求精的创作理念，在体现现代医学发展的科学性、系统性和前沿性的前提下，按照立足常见疾病、着眼全面预防、兼顾科普推广、面向广大人民群众的原则，将多种常见、多发疾病分编成册，每一本分册均以一个常见疾病作为案例，以图解的形式从该疾病的基本知识、救治措施、照护技能、预防治疗四大方面向读者进行科普宣教，从而促使公众积极参与疾病的预防与治疗，并掌握自我照护的相关知识。为了便于理解，编者重点把握丛书的可读性、实用性与可操作性，把精深的医学用通俗的语言表达出来，做到一目了然，使读者看得懂、学得会，可谓信息交流人性化，知识传授易读化。读者可通过图文，能形象而直观地了解各种常见病，接受健康生活指导和疑难问题解答。所以，这套丛书既是提高公众健康素养和作为健康管理的口袋书，也是一本面向广大基层医务工作者的参考书，更是一本难得的公众健康科普教育蓝本。

真诚希望读者不仅在罹患疾病时能从本书中学到有用的知识，更希望读者了解未病先防的重要性与“秘诀”，养成健康的生活方式。

“与其亡羊补牢，不如未雨绸缪”，拥有健康的生活方式才是有效预防疾病的根本途径。期望这套丛书能在预防常见疾病和培养公众健康素养及健康生活方式的实践中发挥作用。我想这也是编者们和我最为诚挚的心愿。

中华医学会健康管理学分会候任主任委员

武留信

2012年10月1日于北京

前言

随着社会的进步、医学的发展、人口的老龄化，老年病也日益威胁着老年人的健康和生命。老年人具有体弱、神经肌肉调节能力低下、活动能力差、视力差、反应能力慢、缺乏对外伤的防御反应等特点，再加上很多老年人都存在有不同程度的骨质疏松。因此，很容易发生骨折。股骨颈骨折就是老年骨折中最常见的骨折之一，它占全国髋部骨折的54%。近年来，老年股骨颈骨折的发生率明显上升，据报道预计到2040年全球每年新发患者数将达到50万~60万例次。

老年人的骨折问题困扰着很多家庭，特别是髋部的骨折如股骨颈骨折，它严重地影响了老年人及其家庭成员的生活质量。有些老年人骨折后会放弃治疗，有些医院也会因为老年人心肺功能差、容易出现并发症等原因，采取保守治疗的方式进行治疗。因此高龄骨折患者有可能会失去较好的治疗时机，甚至有些人会死于骨折带来的合并症。由此可见，了解老年骨折的相关知识，提前预防骨折，学会如何照护尤为重要。

本书以股骨颈骨折单病种为例，以图解的形式从股骨颈骨折的基本知识、救治措施、照护攻略、预防四大方面向读者阐述了老年骨折的相关知识。该书深入浅出，通俗易懂，实用性强。书中插入了很多非常直观的图片，便于理解和实际操作，非常适合老年人及家庭成员阅读。老年人通过阅读本书，可增强保健及自我保护意识；家人阅读本书，能够掌握老年人股骨颈骨折的救治、照护的相关知识和方法。

值得一提的是，本书在照护中除了介绍手术前后照护、饮食照护、生活照护之外，还以图文并茂的形式加入了大量的功能康复锻炼知识，有利于老年人在骨折后的康复。

相信这本书的出版，能给广大老年朋友提供很好的健康指导和帮助。衷心祝愿老年朋友们健康长寿！

编者

2012年5月14日

目录

第一章 认识股骨颈骨折

1

股骨颈的基本知识	2
1. 股骨颈的解剖结构	2
2. 股骨颈的血液供应	5
什么是股骨颈骨折？导致股骨颈骨折的原因是什么	6
1. 老年股骨颈骨折的病因分析	6
股骨颈骨折的分类	8
1. 股骨颈骨折按骨折线部位分类	8
2. 股骨颈骨折按X线表现分类	8
3. 股骨颈骨折按骨折移位程度分类	9
股骨颈骨折有哪些特点	10

第二章 股骨颈骨折的救治

11

怎样判断发生了股骨颈骨折	11
1. 畸形	11
2. 疼痛	12
3. 肿胀	12
4. 功能障碍	12

发生股骨颈骨折，如何紧急处理	13
第一步 简单固定	13
第二步 搬运	14
1. 简易担架的制作	14
2. 下肢骨折患者的搬运法	16

第三章 股骨颈骨折的治疗

18

非手术治疗：下肢牵引或穿丁字鞋	18
手术治疗	20
1. 内固定手术	20
2. 内固定同时植骨	21
3. 截骨术	21
4. 人工关节置换术	21
股骨颈骨折的中医治疗	22

第四章 股骨颈骨折照护全攻略

24

手术前后的照护	24
1. 手术前应该准备些什么	24
2. 手术后应该注意些什么	25
3. 股骨颈骨折手术后症状照护	28
股骨颈骨折患者的饮食照护	36
1. 手术后患者什么时候可以进食	36
2. 股骨颈骨折患者如何搭配饮食	36
3. 怎样增加骨折患者的食欲	38
4. 糖尿病患者骨折饮食后应注意什么	38

股骨颈骨折患者如何做好家庭照护	40
1. 如何防止股骨颈骨折患者发生压疮？发生后怎么处理	40
2. 怎样预防股骨颈骨折患者并发泌尿系感染	42
3. 怎样预防股骨颈骨折长期卧床患者并发肺炎	43
4. 怎样帮助卧床患者穿、脱衣裤	44
5. 怎样替卧床患者梳头、洗头、擦澡、洗脚	45
6. 卧床患者怎样使用便器	48
股骨颈骨折患者的康复与功能锻炼	49
1. 功能锻炼意义何在	50
2. 什么时候开始进行功能锻炼	51
3. 怎样进行功能锻炼？功能锻炼过程中要注意哪些问题	53
附：股骨颈骨折患者功能锻炼	54

第五章 股骨颈骨折的预防

81

骨质疏松的防治	81
1. 什么是骨质疏松	81
2. 引起骨质疏松的原因有哪些	82
3. 骨质疏松的临床表现有哪些	83
4. 怎样预防骨质疏松	84
5. 中医认为预防骨质疏松应做到“四要”	86
附：老年人骨质疏松的三大误区	87

第一章 认识股骨颈骨折

随着社会不断进步，医疗条件不断改善，社会人口老龄化不断加快。中国已经进入了世界老龄化国家的行列。截止到2009年底，我国60岁以上人口就高达1.13亿人，占总人口数的12.5%（图1、图2），人口老龄化也给医疗护理工作提出了新的课题。同时，股骨颈骨折是老年患者最常见病之一，占我国全部骨折患者总数的3.58%，占髋部骨折患者的54%。据研究报道：近年来，人口老龄化的加重，老年股骨颈骨折的发生率明显上升，预计到2040年全球每年新发患者数将达到50万~60万例次。

看到这么高发的数据，也许很多老年朋友会很担心。其实，股骨颈骨折也并不是那样可怕，最重要的是早期防治、精心照护。那么，到底什么是股骨颈骨折呢？骨折后会接受哪些治疗？应该怎样照护呢？读完这本书，相信您一定会勇敢面对。

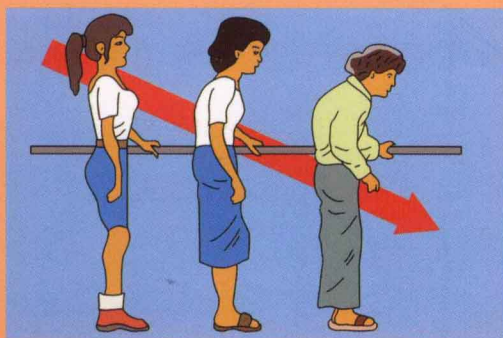


图1 人口老龄化

2034年我国老龄人口将占22.8%



股骨颈的基本知识

1. 股骨颈的解剖结构

股骨颈为锥桶状结构，是连接股骨头与股骨干的桥梁（图3）。股骨颈与股骨干之间形成2个重要的角度：颈干角与前倾角。

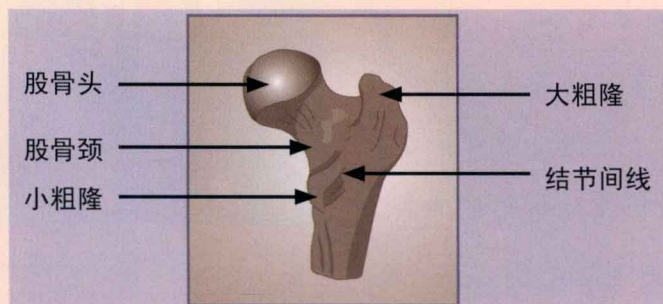


图3 股骨颈的解剖结构图

颈干角（图4）：股骨颈与股骨干之间形成的角度，正常为 $110^{\circ}\sim 140^{\circ}$ ，平均 127° ，颈干角的存在使粗隆部及股骨干远离髌臼，使髋关节可以大幅度活动。若颈干角大于 140° ，为髋外翻；小于 110° 为髋内翻（图5）。由于颈干角改变，使力的传导也发生改变，容易导致骨折和关节软骨退变，发生创伤性关节炎。

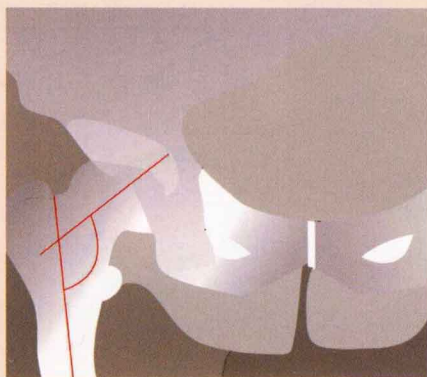


图4 股骨颈与股骨干之间形成颈干角

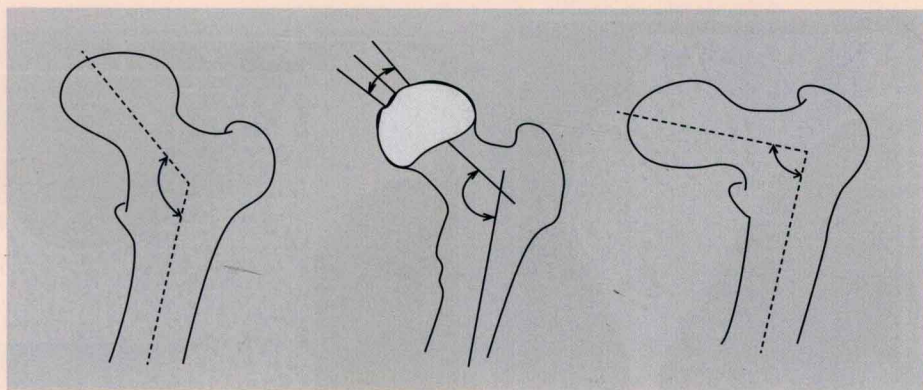


图5 髋外翻（左）、髋内翻（右）

前倾角（图6）：股骨颈的长轴线与股骨干的纵轴线不在同一平面上，股骨颈有向前的 $12^{\circ}\sim 15^{\circ}$ 角称为前倾角。颈干角与前倾角的存在使股骨颈内侧产生压应力，使股骨颈还承受一定剪力。

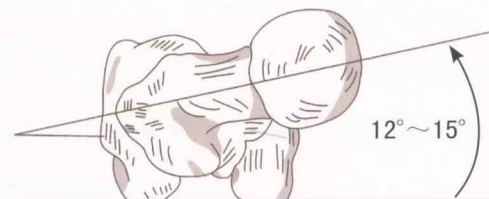


图6 股骨干与股骨颈形成的前倾角

骨质由骨组织构成，分密质和松质，骨密质由相互交织的骨小梁排列而成，骨小梁（图7、图8）的排列与骨所承受的压力和张力的方向一致，因而能承受较大的重量。



图7 抗压缩骨小梁

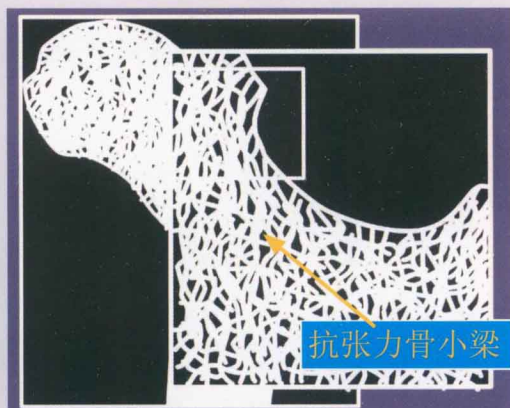


图8 抗张力骨小梁

2. 股骨颈的血液供应

股骨颈的营养供给主要是来自旋股内、外侧动脉的分支（图9）。股骨颈骨折后，股骨头的血液供应可遭受损害。因此，股骨颈骨折应早期复位及内固定手术，以利于使扭曲受压与痉挛的血管尽早恢复。

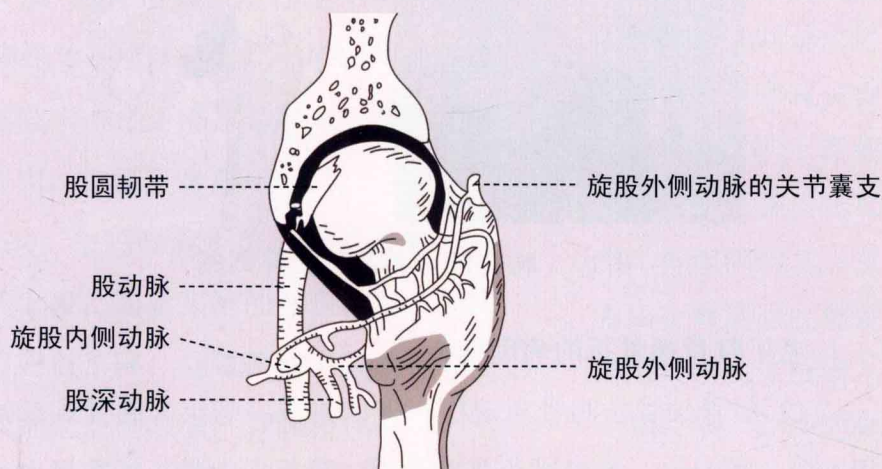


图9 股骨头及颈血供解剖图

什么是股骨颈骨折？导致股骨颈骨折的原因是什么

股骨颈骨折（图10）是指股骨头下端至股骨颈基底部之间的骨折。多数发生在中、老年人，在青少年人群中发生股骨颈骨折则较少，常需较大暴力，且以不稳定型多见。

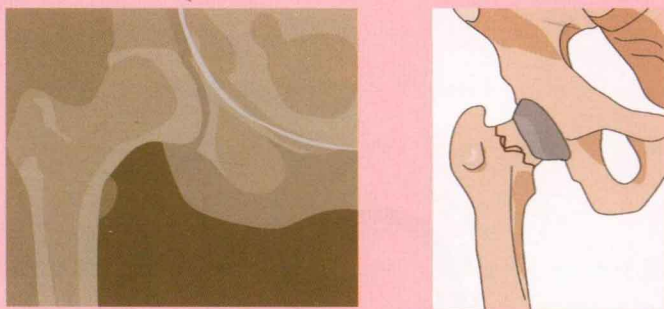


图10 股骨颈骨折X片及解剖图

1. 老年股骨颈骨折的病因分析

（1）股骨颈骨折与骨质疏松有密切关系：老年人股骨颈部张力骨小梁变细（图11），数量减少甚至消失，最后压力骨小梁数目也减少，使股骨颈生物力学削弱、股骨颈脆弱，当遭受轻微外力即可发生骨折。



图11 健康正常的骨骼（左）及发生骨质疏松的骨骼

(2) 股骨颈骨折与老年人的生理特点也有相关性。老年人髋关节周围的肌肉都退化了，变薄后缺乏弹性了，不能有效抵抗髋部有害应力，甚至在无明显外伤的情况下也可以发生骨折。

(3) 股骨颈骨折女性多于男性，主要原因是女性绝经期后，内分泌功能紊乱，雌激素水平下降，骨骼失去性激素的保护作用，加剧了骨质疏松。

(4) 血钙吸收下降。钙的吸收主要在小肠上段，随着年龄的增长，肠道的吸收能力日益下降，导致钙的吸收量低于丢失量，加之活动减少，骨获得应对压力的能力不足，骨钙盐分解多于合成。

以上因素的存在，加上外力作用，如平地滑倒（图12）、车祸或高空坠落等，使得老年人更容易发生股骨颈骨折。



图12 平地滑到

什么是骨质疏松

骨质疏松是多种原因引起的一组骨病，骨组织有正常的钙化，钙盐与基质呈正常比例，以单位体积内骨组织量减少为特点的代谢性骨病变。在多数骨质疏松中，骨组织的减少主要由于骨质吸收增多所致。发病多缓慢，个别较快，以骨骼疼痛、易于骨折为特征，生化检查基本正常。

骨质疏松的老年人可要高度警惕哦！



股骨颈骨折的分类

1. 股骨颈骨折按骨折线部位分类

股骨头下骨折、经股骨头颈骨折、股骨颈基底骨折（图13）。

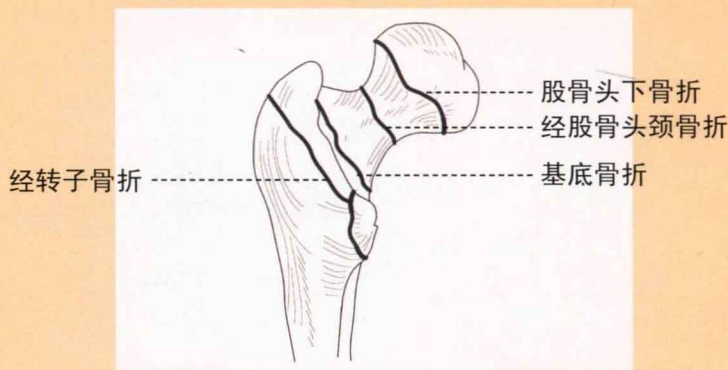


图13 股骨颈骨折按骨折线分类

头下骨折和经颈骨折属于关节囊内骨折，由于股骨头的血液循环大部分中断，因而骨折不易愈合和易造成股骨头缺血坏死。基底骨折由于骨折段的血液循环部分存留而相对较易愈合。

2. 股骨颈骨折按X线表现分类

(1) 内收型骨折：远端骨折线与两髂嵴连线的夹角（Pauwells角）大于 50° ，此型为不稳定骨折，夹角越大越不稳定（图14）。

(2) 外展型骨折：Pauwells角小于 30° 的为外展型骨折，为稳定骨折，但整复时操作不当也可成为不稳定骨折（图14）。