

家庭小护士丛书



怎样护理 骨伤病人

徐小红 编著



中原农民出版社

7

家庭小护士丛书

怎样护理骨伤病人

徐小红 编著

中原农民出版社

图书在版编目(CIP)数据

怎样护理骨伤病人/徐小红编著. — 郑州:中原农民出版社,2001.7

(家庭小护士丛书)

ISBN 7-80641-393-6

I. 怎… II. 徐… III. 骨损伤—护理—问答

IV. R473.6-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 17254 号

家庭小护士丛书

怎样护理骨伤病人

徐小红 编著

责任编辑 孟兰琳 刘培英

责任校对 赵林青

中原农民出版社出版 (郑州市经五路66号)

河南省新华书店发行 郑州文华印刷厂印刷

787毫米×1 092毫米 36开本 7印张 122千字

2001年7月第1版 2001年7月第1次印刷

印数:1-3 000册

ISBN 7-80641-393-6/R·051 定价:9.50元

“家庭小护士丛书”编委会

主 任 孔芙蓉

副主任 冯玉荣

编 委 (按姓氏笔画排列)

马冬菊 王延方 王素芳 王晓敏

王婉云 冯英璞 孙汝萍 乔秀霞

朱桂芳 李 萍 吴 虹 宋葆云

时玉清 何 真 沈艳霞 杨彦君

杨建锋 张红梅 张和平 张 霞

岳松芳 徐小红 席爱凤 赵丽霞

赵素红 戴付敏

内 容 提 要

本书从病人及其家属的角度设题,对骨伤后病人出现的一系列护理问题以问答的形式做了细致、体贴的叙述。书中没有过多地探讨医学理论问题,而是针对性地介绍骨伤后会出现哪些情况、病人或家属应采取哪些措施、如何去做,尤其是对各种骨伤病病人的康复治疗——功能锻炼介绍得简明扼要,使人一看就懂,一学就会,能解决实际问题,是名副其实的“家庭小护士”。

出版者的话

“久病床前无孝子”，流传于民间的这句话，道出了护理病人之难。这个“难”，主要在于不得法——缺乏护理病人的基本常识和针对不同病人应采取的不同护理方法，特别在慢性疾病需要长期家庭护理时，常常由于事倍功半而带来说不尽的烦恼。《家庭小护士丛书》就是为了解决每个家庭都可能遇到的这方面的难题而出版的。这是一套面向大众的实用性医学科普书籍，我们希望通过它使读者掌握一些医学护理知识，以便需要时能为家人或亲朋好友排忧解难，奉献一片关爱之心。

本套书由国际护理界最高奖——南丁格尔奖的获得者、主任护师孔芙蓉女士及河南省人民医院护理部主任、主任护师冯玉荣女士组织并审稿，所有作者均为资深护理专家。在这套书中作者融入了“以人为本”的护理理念，处处为病人着想，从精神心理护理到具体疾病的护理操作，讲叙对病人进行全方位的护理。为了方便读者，本套书采用了问答式，所选问题切合实际，使读者一读就懂，一用就灵，近距离感受到专家的指导。如果这套书使读者在护理知识上能有所得，并切实解决了一些实际问题，那将是我们最感欣慰的。



骨伤基础及护理

1. 怎样区别骨折和单纯软组织损伤? ... (2)
2. 骨折与脱位有哪些不同的表现? (2)
3. 发生了骨折怎么办? (3)
4. 骨伤合并重要脏器损伤怎么办? (4)
5. 哪些部位的骨折应当注意是否合并有重要脏器的损伤? (5)
6. 骨伤病人的一般护理包括哪几项? ... (6)
7. 如何对骨伤病人进行心理护理? (8)
8. 骨伤病人如何选择使用外用药物? ... (9)
9. 对骨伤病人如何进行饮食调护? (12)
10. 什么叫小夹板固定? 适用于哪些病人? (13)
11. 如何护理小夹板外固定后的病人? ... (14)
12. 如何做好石膏固定病人的家庭护理? (15)

13. 石膏固定的骨折什么时候可以拆除石膏? (17)
14. 拆了石膏后还要注意什么? (18)
15. 如何做好牵引病人的家庭护理? (19)
16. 如何观察和护理皮肤牵引的病人? ... (20)
17. 怎样观察和护理骨牵引的病人? (22)
18. 什么是肢体的功能位? 各关节的功能位是多少度? (23)
19. 功能锻炼对治疗骨伤有什么作用? ... (24)
20. 功能锻炼是增进与恢复局部关节功能最理想的办法吗? (26)
21. 怎样帮助伤残患者重新获得生活和工作能力? (27)
22. 骨伤病人在进行功能锻炼时应注意些什么? (28)
23. 骨伤卧床的病人易患哪些并发症? 如何护理? (30)
24. 怎样护理手术麻醉前后的骨伤患者? (32)
25. 如何护理进行封闭疗法的病人? (33)
26. 怎样制作及应用“丁”字鞋? (35)
27. 骨伤病人在什么情况下应使用拐杖? 如何选择? (35)

骨折与关节脱位的家庭护理

1. 什么是骨折? (38)
2. 骨折临时固定时应注意哪些问题? ... (39)
3. 骨折后为什么要尽早复位、固定? (40)
4. 骨折病人疼痛怎么办? (41)
5. 骨折后多长时间能够完全愈合? (42)
6. 哪些因素可影响骨折的愈合? (42)
7. 骨折治疗后会留下什么后遗症? 怎么办? (44)
8. 骨折病人怎样进行早期功能锻炼? ... (46)
9. 骨折病人如何进行中期和晚期功能锻炼? (47)
10. 骨折病人关节僵了怎么办? (49)
11. 锁骨骨折怎么办? (50)
12. 锁骨骨折固定后睡觉时怎么办? (51)
13. 如何做好肩关节脱位手法整复后病人的家庭护理? (51)
14. 为什么肘部骨折后不能强力进行功能锻炼? (52)
15. 前臂双骨折复位固定后应怎样进行观察护理? (53)
16. 老年人手腕骨折怎么办? (55)

17. 怎样观察和护理手部骨折小夹板外固定后的病人? (56)
18. 手部骨折脱位应如何进行功能锻炼?
..... (57)
19. 如何照顾髋关节脱位整复后的病人?
..... (59)
20. 股骨颈骨折非手术治疗时如何做好家庭护理? (60)
21. 股骨颈骨折应怎样进行功能锻炼? ... (61)
22. 股骨转子部骨折牵引治疗中应注意哪
些问题? (62)
23. 下肢髌人字石膏拆除后,怎样进行关
节功能锻炼? (64)
24. 如何护理股骨干骨折及悬吊皮牵引的
小儿? (66)
25. 如何护理膝部骨折? (68)
26. 髌骨骨折后应注意哪些问题? (69)
27. 如何进行膝关节的功能锻炼? (71)
28. 怎样观察和护理小腿骨折的病人? ... (72)
29. 怎样照顾脚脖子骨折整复固定后的病人?
..... (75)
30. 踝部骨折脱位后应如何进行功能锻炼?
..... (76)

31. 骨盆骨折的病人在自我调治过程中要注意哪些问题? (78)
32. 如何护理肋骨骨折的病人? (80)
33. 肋骨骨折病人经治疗后,能否从事体力劳动? (81)
34. 如何促进骨折后肢体肿胀的消退? ... (82)
35. 骨折术后如何防治大便秘结? (83)
36. 骨折术后怎样防止排尿困难? (84)
37. 如何做好使用外固定器治疗骨折病人的家庭护理? (85)

脊柱损伤与疾病的家庭护理

1. 怎样照顾颈椎损伤的病人? (88)
2. 为什么颈段脊髓损伤会出现高热? ... (90)
3. 脊柱损伤病人现场救护时应注意哪些问题? (90)
4. 怀疑病人有脊柱骨折时,为什么不能按摩? (92)
5. 如何护理脊柱损伤的病人? (92)
6. 腰背肌功能锻炼对脊柱损伤的病人有哪些作用? (94)
7. 胸腰椎骨折后应如何进行功能锻炼?
..... (95)
8. 如何做好截瘫病人的心理护理? (97)

9. 如何做好截瘫患者的饮食护理? (99)
10. 给截瘫病人翻身要注意哪些问题? ... (101)
11. 怎样护理截瘫病人的皮肤? (102)
12. 如何对截瘫病人进行大便护理? ... (104)
13. 如何管理好截瘫病人的小便? (106)
14. 尾骨骨折或脱位的病人应注意哪些问题? (107)
15. 颈椎病会引起瘫痪吗? (109)
16. 如何做好颈椎病病人的心理护理? ... (110)
17. 颈椎病病人如何进行自我护理? ... (112)
18. 怎样进行颈椎牵引? (113)
19. 如何使用气囊式颈椎病综合治疗器牵引? (115)
20. 自我颈部牵引时应注意什么? (116)
21. 颈椎病患者在治疗过程中如何观察病情变化? (118)
22. 颈椎病病人应当怎样进行功能锻炼? (119)
23. 颈椎病病人使用颈围有什么作用? ... (122)
24. 怎样自制和使用颈部围领? (123)
25. 怎样制作和使用颈枕? (125)
26. 高枕真的无忧吗? (126)
27. 颈椎病人在家中怎样进行物理疗法? (127)

28. 颈椎病病人手术后如何进行康复训练? (129)
29. 如何在日常生活和工作中预防颈椎病? (130)
30. 如何采取正确的劳动姿势保护腰部?
..... (132)
31. 腰痛病人如何正确使用护腰带? ... (134)
32. 腰腿痛病人如何注意衣食住行? ... (135)
33. 腰痛病人进行功能锻炼时应注意些什么? (137)
34. 腰椎间盘突出症的病人为什么要卧床休息? (139)
35. 腰椎间盘突出症的病人怎样进行家庭牵引? (140)
36. 老年人腰痛怎样休养? (141)
37. 尾骨痛怎样自我治疗? (142)
38. 坐骨神经痛怎么办? (143)

软组织损伤的护理

1. 肩关节周围炎的防护方法有哪些? ... (146)
2. 肩周炎的病人怎样进行功能锻炼? ... (146)
3. 肘部软组织损伤如何进行自我保健?
..... (148)
4. 如何防治手腕部软组织损伤? (150)

5. 手外伤康复应注意哪些问题? (151)
6. 指(趾)甲下血肿如何进行自我处理?
..... (152)
7. 指间关节挫伤怎么办? (153)
8. 如何防治拇指腱鞘炎? (155)
9. 髋部软组织损伤如何进行功能锻炼?
..... (156)
10. 膝部软组织损伤怎样进行功能锻炼?
..... (157)
11. 膝关节创伤性关节炎的病人应注意哪
些问题? (158)
12. 踝关节扭伤后怎么办? (160)
13. 怎样处理踝关节扭伤后遗症? (162)
14. 足跟痛怎样自我康复? (163)
15. 跖底痛病人怎样选择合适的鞋? ... (164)
16. 扁平足病人在生活中应注意哪些问题?
..... (165)
17. 外翻病人如何选择合适的鞋? (166)
18. 怎样自我治疗跖外翻? (167)
19. 如何护理先天性斜颈的小儿? (168)
20. 落枕是怎么回事? (169)
21. 如何防治肌纤维组织炎? (170)
22. 引起腰肌劳损的常见原因有哪些? ... (172)
23. 如何预防和治疗腰肌劳损? (173)

24. 急性腰扭伤后怎样紧急处理? (175)
25. 为什么急性软组织损伤早期要冷敷?
..... (175)

骨与关节疾病的护理

1. 怎样照顾急性化脓性骨髓炎的病人?
..... (178)
2. 慢性骨髓炎如何护理? (179)
3. 如何护理好急性化脓性关节炎的病人?
..... (181)
4. 如何照顾骨与关节结核的病人? (183)
5. 骨关节炎急性发作期的最佳治疗办法
是什么? (185)
6. 骨关节炎病人在饮食、起居上要注意
什么? (186)
7. 增生性关节炎的自我防治措施有哪些?
..... (187)
8. 强直性脊柱炎病人如何进行自我护理
与调整? (188)
9. 强直性脊柱炎患者为什么必须坚持运
动疗法? (189)
10. 如何对类风湿性关节炎的病人进行家
庭护理? (190)
11. 类风湿性关节炎症状加重的因素有哪

- 些? 如何预防? (191)
12. 为什么要让类风湿性关节炎的病人维持关节于功能位? (192)
13. 类风湿性关节炎的病人如何进行功能锻炼? (192)
14. 如何护理截肢术后的病人? (193)
15. 如何护理人工股骨头置换术后的病人?
..... (195)
16. 人工髋关节手术后, 病人什么时候可以下床? (196)
17. 人工髋关节手术后怎样进行功能锻炼?
..... (197)
18. 如何护理人工膝关节置换术后的病人?
..... (198)

骨质疏松与骨折的家庭护理

1. 什么是骨质疏松症? (202)
2. 哪些原因可导致骨质疏松症? (203)
3. 骨质疏松症会引起哪些并发症? (204)
4. 骨质疏松症的防治原则是什么? (205)
5. 为什么老年人易发生骨质疏松症? 怎样预防? (206)
6. 骨质疏松症病人进行运动锻炼需注意哪些问题? (208)

7. 如何做好老年性骨质疏松症病人的饮食护理? (210)
8. 老年人如何预防骨折? (211)
9. 女性更年期服用雌激素能延缓骨质疏松症的发生吗? (212)
10. 怎样预防绝经后骨质疏松症? (213)
11. 绝经后骨质疏松症的病人如何补钙? (214)
12. 为什么晒太阳能防治骨质疏松症? ... (215)
13. 多喝骨头汤对骨质疏松症的治疗有好处吗? (217)
14. 多补钙就能治疗骨质疏松症吗? ... (217)
15. 大量补钙会导致骨质增生吗? (218)
16. 骨质疏松症病人为什么要做腰背肌功能锻炼? 怎样锻炼? (219)
17. 严重骨质疏松症的病人需扶拐杖或配带腰围吗? (221)
18. 如何指导骨质疏松症病人进行体育锻炼? (221)
19. 骨质疏松性股骨颈骨折愈合后如何进行锻炼? (223)
20. 骨质疏松症病人如何预防胸椎和腰椎压缩性骨折? (224)
21. 骨质疏松性胸、腰椎压缩性骨折如何