

骨折、骨病病人

护理180问

主编 左月燃



护理专家教给您科学的护理方法

骨折病人的护理

关节脱位、韧带与软组织损伤病人的护理

骨病病人的护理

功能锻炼

中华大众护理丛书



科学技术文献出版社

中华大众护理丛书



骨折、骨病 病人 护理180问

主编 左月燃

编者 杨淑华



田 科学技术文献出版社

图书在版编目(CIP)数据

骨折、骨病病人护理 180 问/左月燃主编. -北京:科学技术文献出版社,2000.10

(中华大众护理丛书)

ISBN 7-5023-3619-2

I. 骨… II. 左… III. ①骨疾病-护理-问答 ②骨折-护理-问答
IV. R473.6-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 42646 号

出 版 者:科学技术文献出版社

图 书 发 行 部:北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038

图 书 编 务 部:北京市西苑南一院东 8 号楼(颐和园西苑公汽站)/100091

邮 购 部 电 话:(010)68515544-2953, (010)68515544-2172

图书编务部电话:(010)62878310, (010)62878317(传真)

图书发行部电话:(010)68514009, (010)68514035(传真)

E-mail:stdph@istic.ac.cn; stdph@public.sti.ac.cn

策 划 编 辑:苏鸿飞

责 任 编 辑:苏鸿飞

责 任 校 对:赵文珍

责 任 出 版:周永京

漫 画 插 图:关晓红

发 行 者:科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销

印 刷 者:北京国马印刷厂

版 (印) 次:2000 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

开 本:850×1168 32 开

字 数:176 千

印 张:7.875

印 数:1~8000 册

定 价:12.00 元

© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

序

随着社会的发展和物质、文化生活水平的不断提高,人们对自身的健康更加关注和重视,追求健康已成为一种新的时尚。1948年世界卫生组织(WHO)关于健康的定义已经不再是一纸文书,“健康不仅是指没有疾病,而且还要有良好的身心状态和充满的社会适应能力。”这已经成为许多人的共识。健康是一种权利也是一种责任,人应该对自己的健康负责。提高健康水平的最好方式之一就是进行自我护理与保健。

中华大众护理丛书是奉献给广大群众和基层护理保健人员的。在日常生活中,人们很需要了解与疾病有关的护理知识,这些知识看似简单,但实际上有很多科学道理;人们经常要做的一些事情在认识上还有不少误区。我们作为为人类健康服务的护理科技工作者,深感有责任为促进人民的健康尽全力。

这套丛书以常见病、多发病为主要线索,注重体现以人为中心的整体护理思想,重点介绍如何科学地护理病人。这里所说的护理是广义上的,它不仅仅包括具体的护理技

术,还包括与疾病的发生、发展有关的护理知识,如日常饮食起居的保健知识、生活中如何避免不利因素的作用和影响、用药常识和注意事项、在治疗或手术期间如何配合以利康复、如何寻求医生和护士的帮助,以及去医院就诊的常识和怎样向医生、护士介绍自己的情况等。为了方便读者,丛书采用了问答的形式,针对人们常常会产生疑问和遇到的问题,深入浅出地进行解答,问题针对性强,解答通俗易懂。它不仅能够帮助人们增加卫生保健知识,特别是能够了解和掌握护理知识,纠正不正确的认识,减少盲目性,而且可以作为护理人员对病人及家属进行健康教育的重要参考资料。

我们希望通过这种方式为广大读者提供护理专业方面的帮助,使人们提高防治疾病的自觉性和增强护理保健的意识,从而真正提高生活质量。丛书的编写者有护理界的专家,也有从事多年教学工作和具有多年临床经验的护理工作者,他们在丛书的编写过程中做了大量的工作,在此向他们表示衷心的感谢。

愿中华大众护理丛书给每一个家庭带来健康和幸福。

中华护理学会 理事长

王 春 生

护理专家的话



骨折、关节与软组织损伤、老年人的腰腿痛、先天畸形等是骨科的常见病与多发病。如果发生或患有这些疾病,积极配合医生的救治,做好各期的日常护理,对疾病的治疗及身体的早日康复是至关重要的。

骨折往往是突然发生的意外伤害。由于大多数人缺乏医疗、护理知识,往往不知所措,对伤病员不能实施正确的现场抢救和转运。这样不仅延误了宝贵的治疗时机,而且还造成一些不应有的人为损伤。当您的家人或同事发生了骨折,切不可惊慌失措,应按照本书教给您的简单的急救方法和原则,对伤员进行临时妥当的处理,然后及时安全地将伤员送往医院治疗。当骨折愈合后,功能锻炼显得尤为重要,因为骨折愈合仅仅是骨骼面断端的连接,并不意味



着肢体功能的恢复。有人用“三分治疗,七分锻炼”来形容功能锻炼,可见功能锻炼的重要性。应该说功能锻炼是骨损伤病人治疗与康复的重要组成部分。

骨病的种类很多,常见的包括中老年人的颈椎病、腰腿痛病,这些疾病重在预防,如果您能按照书中介绍的方法进行科学的锻炼,合理的休息,均衡的营养,是可以做到“无病防病,有病早治”的。对于骨髓炎、骨结核、先天性畸形等骨病,一定要遵循“早期发现,早期治疗”的原则,这样才能使疾病得到尽早控制和及时治疗,才能使畸形的肢体逐渐达到矫正的位置。

本书的内容能使您对骨折、骨病的基本知识有一个初步的了解,并使您从中学到护理骨折、骨病病人的最佳方法,减轻骨折、骨病带给病人的痛苦和心理压力。希望在您治疗和康复的过程中,本书能给您具体的指导和帮助。



一、骨折病人的护理	(1)
1. 骨折是怎么回事?	(1)
2. 骨折是如何分型的?	(2)
3. 怎样判断有无骨折?	(4)
4. 发生或怀疑骨折时怎么办?	(5)
5. 什么是病理性骨折? 病理性骨折的原因是什么?	(6)
6. 骨折治疗的基本原则是什么?	(7)
7. 骨折复位一定要完全对位吗?	(7)
8. 骨折是怎样愈合的?	(8)
9. 影响骨折愈合的因素有哪些?	(10)
10. 什么是骨迟缓愈合或骨不连?	(11)
11. 骨折后病人可服用哪些中草药?	(12)
12. 骨折病人如何搭配饮食?	(12)
13. 小夹板外固定的原理及其优缺点是什么?	(14)
14. 小夹板固定后应注意什么?	(15)
15. 对采用小夹板固定的病人如何护理?	(16)
16. 石膏绷带固定的种类及用途有哪些?	(19)
17. 石膏外固定后应注意些什么?	(20)
18. 石膏固定后可能发生哪些并发症?	(21)

19. 石膏外固定病人如何护理? (22)
20. 牵引的种类有哪些? 优缺点是什么? (23)
21. 牵引病人如何护理? (27)
22. 怎样保护残肢和保存断肢(指)? (28)
23. 断肢(指)再植术后病人如何护理? (29)
24. 现场抢救伤员时常用哪些止血法? (30)
25. 使用止血带时应注意哪些问题? (31)
26. 何谓锁骨骨折? (32)
27. 锁骨骨折病人护理要点是什么? (33)
28. 肘内翻是怎样造成的? (34)
29. 肱骨髁上骨折整复后应注意什么? 如何护理? (35)
30. 何谓克雷氏骨折? (36)
31. 克雷氏骨折整复后病人如何护理? (37)
32. 股骨颈骨折是怎样发生的? 如何防治? (38)
33. 股骨颈骨折怎样进行手术治疗? (40)
34. 对股骨颈骨折的病人应如何进行护理? (42)
35. 何谓股骨干骨折? (43)
36. 股骨干骨折病人如何护理? (45)
37. 髌骨骨折的原因是什么? 如何治疗? (46)
38. 胫腓骨骨折容易出现的合并症有哪些? 如何处理?
..... (48)
39. 胫腓骨骨折术后病人如何处理? (50)
40. 踝部骨折的原因是什么? 如何防治及护理? (50)
41. 跟骨骨折的原因是什么? 如何防治? (52)
42. 脊柱骨折的原因是什么? (52)

43. 脊髓损伤是如何分类的?	(54)
44. 脊柱损伤病人如何翻身?	(54)
45. 对单纯椎骨骨折病人如何进行家庭护理?	(55)
46. 颈椎骨折后怎样进行急救护理?	(56)
47. 高位截瘫病人如何保持呼吸道通畅?	(57)
48. 对截瘫病人如何进行护理?	(58)
49. 外伤性截瘫病人会出现哪些并发症?	(60)
50. 截瘫病人如何防止褥疮发生?	(61)
51. 发生褥疮怎么办?	(62)
52. 截瘫病人怎样防止尿路感染?	(64)
53. 截瘫病人怎样训练排尿?	(65)
54. 截瘫病人怎样解决便秘问题?	(66)
55. 骨盆骨折常有哪些合并损伤和并发症?	(67)
56. 骨盆骨折怎样治疗?	(68)
57. 骨盆骨折病人如何护理?	(69)
二、关节脱位、韧带与软组织损伤病人的护理	(72)
58. 关节的种类和结构是怎样的?	(72)
59. 关节有哪些功能?	(74)
60. 你了解人体关节这一奇妙的润滑系统吗?	(75)
61. 什么是关节脱位?	(77)
62. 为什么肩关节容易脱位,有什么表现?	(78)
63. 肩关节脱位整复后如何护理?	(80)
64. 肘关节脱位是怎样发生的?	(81)
65. 肘关节脱位整复后应注意哪些问题?	(82)
66. 什么是桡骨小头半脱位?	(83)

67. 下颌关节脱位的原因是什么？如何防治？ (84)
68. 髌关节脱位后有哪些表现？ (85)
69. 髌关节脱位整复后如何护理？ (86)
70. 髌关节脱位后常留有哪些后遗症？ (87)
71. 常见的膝关节损伤有哪些？ (88)
72. 膝关节损伤的处理原则是什么？手术后怎样护理？
..... (89)
73. 什么是膝关节半月板损伤？ (90)
74. 半月板损伤手术后怎样护理？ (91)
75. 踝关节扭伤怎么办？ (93)
76. 韧带和关节是怎样联系的？ (94)
77. 韧带损伤后有哪些症状？如何治疗？ (94)
78. 什么是膝关节内侧副韧带损伤？如何治疗？ (96)
79. 什么是膝关节交叉韧带损伤？如何治疗？ (97)
80. 什么是踝关节韧带损伤？如何治疗？ (98)
81. 什么是跟腱断裂？如何治疗？ (100)
82. 什么是棘上韧带损伤？ (102)
83. 什么是挤压综合征——严重的软组织损伤？ (103)
84. 落枕是怎么回事？怎样治疗？ (104)
85. 什么是急性腰扭伤？ (105)
86. 如何治疗急性腰扭伤？ (106)
87. 对腰扭伤后的病人怎样护理？ (107)
88. 腰扭伤后病人如何在家中疗养？ (109)
89. 如何预防腰扭伤？ (110)
90. 什么是腰肌劳损？ (112)

91. 得了腰肌劳损怎么办?	(113)
92. 老年人为什么容易腰痛?	(114)
93. 中医如何治疗腰腿痛?	(116)
94. 肩周炎是怎么回事?	(117)
95. 肩周炎有哪些症状?	(118)
96. 为什么老年人易发肩周炎?	(119)
97. 如何治疗肩周炎?	(120)
98. 肩周炎病人为什么要进行功能锻炼?	(121)
99. 肩周炎病人怎样进行功能锻炼? 应注意什么问题?	(122)
100. 什么是伸指肌腱滑脱症?	(124)
101. 胸部扭挫伤是怎么回事? 如何护理?	(125)
102. 什么是梨状肌综合征?	(126)
103. 梨状肌损伤综合征如何治疗? 怎样进行功能锻炼?	(128)
104. 什么是网球肘? 如何治疗与护理?	(129)
105. 腕管综合征是怎么回事? 如何护理?	(130)
三、骨病病人的护理	(133)
106. 腱鞘囊肿是怎样发生的? 如何防治?	(133)
107. 弹响指是怎样发生的? 如何防治?	(134)
108. 什么是类风湿性关节炎?	(135)
109. 如何诊治类风湿性关节炎?	(137)
110. 骨髓炎是怎么得的?	(140)
111. 为什么儿童容易发生骨髓炎?	(140)
112. 什么是急性血源性骨髓炎? 如何治疗?	(141)

-
113. 什么是慢性骨髓炎? 如何治疗及护理? (143)
114. 骨关节结核有哪些症状? (144)
115. 得了骨关节结核怎样治疗? (145)
116. 骨结核术后如何进行家庭护理? (146)
117. 常见的骨肿瘤有哪些? 怎样区别良性、恶性骨肿瘤?
..... (147)
118. 骨肿瘤病人化疗后如何进行护理? (149)
119. 骨肿瘤病人放疗后如何进行护理? (151)
120. 骨质增生是病吗? (152)
121. 骨质增生好发于哪些部位? 有什么症状? (153)
122. 如何治疗及预防骨质增生? (155)
123. 为什么老年人骨质会变得疏松? (156)
124. 如何防治骨质疏松症? (157)
125. 什么是颈椎病? (159)
126. 颈椎病好发于哪些人? (160)
127. 颈椎病病人有哪些症状? (161)
128. 对颈椎病病人怎样进行家庭治疗? (162)
129. 如何预防颈椎病? (164)
130. 什么是腰椎间盘突出症? (165)
131. 腰椎间盘突出症有哪些症状? (167)
132. 哪些人容易得腰椎间盘突出? (168)
133. 如何发现自己可能患有腰椎间盘突出? (170)
134. 如何防治腰椎间盘突出症? (171)
135. 患腰椎间盘突出症的病人如何在家中锻炼? (173)
136. 家庭中如何做腰部牵引? (174)

137. 为什么先天性畸形应早期发现,早期治疗?	(175)
138. 什么是先天性肌性斜颈?	(176)
139. 得了斜颈怎么办?	(177)
140. 先天性斜颈患儿术后如何护理?	(178)
141. 怎样早期发现先天性髋关节脱位?	(179)
142. 得了先天性髋关节脱位怎么办?	(182)
143. 为什么先天性马蹄内翻足应早期发现,早期治疗?	(184)
144. 马蹄内翻足患儿术后如何护理?	(185)
145. 什么是一过性髋关节滑膜炎?	(186)
146. 幼儿脊柱侧弯怎样防治?	(187)
147. 多指(趾)或并指畸形什么时候手术最好?	(188)
148. 拇外翻是怎么得的?	(189)
四、功能锻炼	(191)
149. 骨折愈合与功能锻炼的关系是怎样的?	(191)
150. 骨折固定后为什么要进行功能锻炼?	(192)
151. 骨折病人什么时候进行功能锻炼?	(194)
152. 骨折病人怎样开展功能锻炼?	(195)
153. 功能锻炼中应注意哪些问题?	(196)
154. 如何预防废用综合征?	(198)
155. 康复医学在骨科中有什么重要作用?	(199)
156. 什么叫医疗体育?	(201)
157. 关节炎病人如何进行体疗?	(203)
158. 颈椎病人如何进行体疗?	(204)
159. 手外伤术后如何进行功能锻炼?	(206)

-
160. 手部骨折、关节挫伤如何进行功能锻炼? (207)
161. 腕部损伤后如何进行功能锻炼? (208)
162. 前臂骨折后如何进行功能锻炼? (208)
163. 肱骨外科颈骨折后如何进行功能锻炼? (211)
164. 肩部损伤后如何进行功能锻炼? (212)
165. 肘部损伤后如何进行功能锻炼? (214)
166. 髋部损伤后如何进行功能锻炼? (215)
167. 膝部损伤后如何进行功能锻炼? (216)
168. 膝部截肢术后如何进行功能锻炼? (217)
169. 小腿截肢术后如何进行功能锻炼? (218)
170. 踝部损伤后如何进行功能锻炼? (218)
171. 股骨骨折牵引后如何进行功能锻炼? (219)
172. 长腿石膏固定后如何进行功能锻炼? (220)
173. 腰背部疾病如何进行功能锻炼? (222)
174. 颈部疾病如何进行功能锻炼? (223)
175. 肩周炎病人如何进行功能锻炼? (223)
176. 腰椎间盘突出病人如何进行功能锻炼? (225)
177. 脊柱损伤后如何进行功能锻炼? (226)
178. 骨盆骨折病人如何进行功能锻炼? (228)
179. 小儿麻痹后遗症病人如何进行功能锻炼? (229)
180. 截瘫病人如何进行功能锻炼? (230)
181. 截瘫病人如何选择轮椅? (233)

不里玄……离位器骨,世情事操,世骨近宽数音五本近同不的能

下接食——

一、骨折病人的

护理



1. 骨折是怎么回事?

按医学上讲是“骨或骨小梁的连续性发生中断即是骨折”,也就是俗话所称“骨头断了”。在日常生活中,最多见的是因为受伤而发生的骨折,生活中所遭遇的意外事故各式各样,伤员受伤的具体情况也各不相同,因此,骨折的部位、形式、程度也不一样。比如,一只瓷杯跌落在地上,如果摔得不重,只是裂了几道纹,而外形并没有改变,这种情况如果发生在骨骼上,因为骨骼连续性中断了,虽然整体外形没有变,但也属于骨折,称为“裂纹骨折”。如果瓷杯摔得四分五裂,损伤严重,这种情况可以比喻为“粉碎性骨折”。还有如颅骨受到强烈的撞击,造成骨质塌陷,颅骨凹进去一个坑,这种骨折叫做“凹陷性骨折”。脊柱上的椎骨,突然受到强有力的挤压,椎骨被压变形,虽然没有断裂成许多碎骨片,但这也是一种特殊类型的骨折,称为“压缩性骨折”。此外,根据骨

折的不同形态还有螺旋形骨折、斜形骨折、骨骺分离……这里不一一介绍了。

2. 骨折是如何分型的?

虽然伤员受伤的情况各不相同,骨折的形态、性质也不一样,但骨折本身还是有一定规律的,医务人员将骨折分成若干类型,用以指导治疗,估计预后。下面把常用的几种骨折分类方法介绍如下:

(1)根据骨折稳定程度分“稳定性骨折”和“不稳定性骨折”。稳定性骨折是指没有移位或移位很小的骨折,裂纹骨折、轻度椎体压缩性骨折都属这一型。不稳定性骨折是指一般的斜形、螺旋形、多段、粉碎或伴有骨质缺损的骨折,这一类骨折复位后容易再移位,不用特殊的治疗难以保持骨折的对位。有的需要牵引,有的需要手术,还有的需要植骨补偿骨质的缺损。

(2)根据骨折周围软组织损伤情况分“开放性骨折”和“闭合性骨折”。闭合性骨折是指骨折断端与外界不相通,这种骨折不容易发生感染,愈合较好。开放性骨折是指骨折附近的皮肤及皮下组织破裂,骨折断端与外界相通。这种骨折必须争取在伤后 6~8 小时以内对伤口进行清创处理,然后再根据骨折情况对症施治。开放性骨折容易发生细菌感染,导致严重后果。

(3)根据造成骨折的原因分类:由于各种外伤原因造成的骨折称“外伤性骨折”;由于骨骼本身疾病(如骨肿瘤、骨髓炎等)造成骨质破坏导致的骨折称“病理性骨折”。

(4)根据骨折的程度可分为“完全性骨折”和“不完全性骨