

医学博士漫话——

GUZHE YU GUANJIE
SUNSHANG

骨折与 关节损伤



赵勇 / 编著

医学博士帮您认清疾病的本质，
让您拥有自己和亲人的健康



科学出版社
www.sciencep.com

新健康大系

医学博士信箱

医学博士漫话

骨折与 关节损伤

赵勇◎编著

科学出版社

北京

内 容 简 介

本书从人体骨骼与关节的组成、结构讲起,详细介绍了骨折与关节损伤的预防、就诊须知、术后调理等知识,为骨折与关节损伤病患者及其家属带来福音。这是寻医问药的咨询台,寻医就诊的绿色通道,人生保健的健康顾问。全书图文并茂、深入浅出、形象生动、趣味性强。

图书在版编目(CIP)数据

医学博士漫话骨折与关节损伤 / 赵 勇 编著. —北京: 科学出版社, 2005

(医学博士信箱 / 赵勇主编)

ISBN 7-03-015174-7

I. 医… II. 赵… III. ①骨折-防治-普及读物 ②关节损伤-防治-普及读物 IV. R68-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 026366 号

责任编辑:李 夏 魏俊国 / 责任校对:陈丽珠

责任印制:钱玉芬 / 封面设计:马兰婷

科 学 出 版 社 出 版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

中国科学院印刷厂印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2005年5月第 一 版 开本:A5(890×1240)

2005年5月第一次印刷 印张:10 3/4

印数:1—5 000 字数:326 000

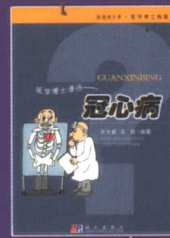
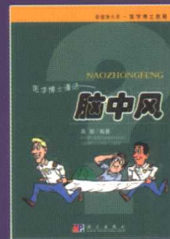
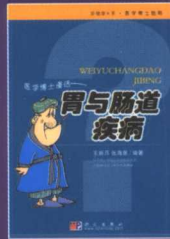
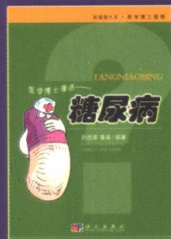
定价:18.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换〈科印〉)



赵勇 男，医学博士，主任医师，硕士生导师。现任中国中医研究院骨伤科研究所骨科主任。1984年毕业于河北医科大学中医学院，获学士学位。1988年在中国中医研究院攻读硕士学位，1993年获医学博士学位。对四肢新鲜骨折、陈旧骨折、颈肩腰腿痛、网球肘、腱鞘炎、膝关节痛、跟痛症、膝骨性关节炎等有特殊疗法。曾主持和参加国家级、省部级科研课题7项，在研课题3项，主编和参撰学术著作13部，发表学术论文20余篇。

师从于我国著名骨科专家、中西医结合骨折疗法创始人尚天裕教授。



责任编辑: 李 夏 魏俊国

《医学博士信箱》编委会

丛书主编 赵 勇

丛书编委 (按姓氏笔画排序)

王新月 史大卓 张 宁

杨宇飞 赵 勇 赵进喜

徐春军 徐 浩 高 颖

编委会

PART 1..... / 001

谈“骨”论“筋”话解剖

- ◎ 脊柱——人体的“大梁” / 002
- ◎ 四肢骨——人体的支架 / 005
- ◎ 韧带与关节——纽带与桥梁 / 011
- ◎ 肌肉——动力之源 / 015

PART 2..... / 019

漫谈伤筋动骨

- ◎ 何为伤筋、动骨 / 020
- ◎ 病理性骨折的原因 / 022
- ◎ 骨折不同时期的饮食 / 023
- ◎ 怎样正确使用拐杖 / 024
- ◎ 手术后怎样正确排尿 / 027

PART 3..... / 029

创伤急救

- ◎ 院前急救检查要点 / 030
- ◎ 受压伤员的现场抢救 / 031
- ◎ 骨折的应急处理 / 032

目 录

◎ 现场止血的重要性 / 034

◎ 脊柱损伤者的搬运 / 035

P A R T 4

/ 039

骨折损伤就诊须知

◎ 准确诉说伤情 / 040

◎ X线检查 / 041

◎ 复诊的重要性 / 042

◎ 中药辅助治疗 / 043

P A R T 5

/ 045

骨质疏松与骨折

◎ 骨骼是人体的钙库 / 046

◎ 常见诱因——摔跤 / 047

◎ 骨质疏松防治要点 / 048

◎ 食补辅助药补 / 050

◎ 合理配餐介绍 / 051

◎ 膳食的正确烹调 / 053

P A R T 6

/ 055

儿童骨折与关节损伤

◎ 认识骨骺 / 056

◎ 儿童骨骼的特点 / 058

◎ 充分估计儿童的发育矫形能力 / 059

◎ 儿童“牵拉肘” / 061

CONTENTS

PART 7..... / 063

骨折并发症

- ◎“凶险”的肺栓塞 / 064
- ◎筋膜间隔区综合征 / 065
- ◎血管损伤 / 067
- ◎神经麻痹 / 069
- ◎骨坏死 / 070

PART 8..... / 073

骨折复位

- ◎骨折复位的重要性 / 074
- ◎闭合复位还是切开复位 / 075
- ◎正确认识复位标准 / 076
- ◎抬高患者肢体的方法 / 078

PART 9..... / 081

骨折固定

- ◎为什么要固定 / 082
- ◎夹板固定 / 083
- ◎穿针外固定 / 085
- ◎石膏固定利与弊 / 087
- ◎了解手术切开固定 / 089
- ◎钢板固定的利弊 / 091
- ◎人体可以吸收的螺钉 / 092

PART 10..... / 095

功能锻炼

- ◎安静养伤辨证谈 / 096
- ◎功能锻炼的必要性 / 098

目录

- ◎ 主动锻炼益处多 / 099
- ◎ 健康在于运动 / 100
- ◎ 功能锻炼的形式和步骤 / 101

PART II 牵引 / 105

牵引

- ◎ 牵引方法 / 106
- ◎ 牵引重量有学问 / 109
- ◎ 皮肤牵引从点滴做起 / 110
- ◎ 牵引护理须知 / 110
- ◎ 如何在家中牵引 / 113

PART 12 骨折愈合 / 115

骨折愈合

- ◎ 骨的生命力 / 116
- ◎ 影响骨折愈合的因素 / 117
- ◎ 氧、电、磁与骨折愈合 / 119
- ◎ 骨折愈合三要素——微动、血运、骨痂 / 120
- ◎ 骨折愈合的临床判断 / 122
- ◎ 床上太极拳 / 123
- ◎ 骨折愈合要讲究吃喝 / 124

PART 13 骨折延迟愈合与不愈合 / 127

骨折延迟愈合与不愈合

- ◎ “骨不连”与骨痂“焊接” / 128
- ◎ 桥梁骨痂 / 129
- ◎ 治疗骨折也能“拆东墙补西墙” / 132
- ◎ 磁疗与骨折愈合 / 133
- ◎ 遗精与骨折延迟愈合 / 134

CONTENTS

◎日照有益于骨折愈合 / 135

◎白酒、香烟与茶叶 / 137

P A R T I I I

/ 139

骨折畸形愈合

◎复位标准 / 140

◎功能障碍 / 141

◎畸形愈合“迟到的”并发症 / 143

◎正确认识矫形术 / 145

◎畸形愈合的矫正时机 / 146

◎防止畸形愈合的三个要点 / 147

P A R T I V

/ 149

开放性骨折

◎如何正确判断开放性损伤 / 150

◎开放骨折时需争分夺秒 / 152

◎合理使用抗生素 / 153

◎手术与伤口的关闭 / 154

◎从伤口脓液判断预后 / 155

◎骨髓炎的危害 / 157

P A R T V

/ 159

关节损伤

◎关节内骨折与软骨面损伤 / 160

◎不容忽视的韧带损伤 / 161

◎滑膜、滑液与滑膜炎 / 162

◎关节脱位 / 164

◎关节镜探查 / 165

目录

PART 17

/ 169

肩部损伤

- ◎ “∞”字带固定 / 170
- ◎ 锁骨骨折固定的松紧度 / 171
- ◎ 幼儿肩部损伤 / 172
- ◎ 肩关节脱位 / 173
- ◎ 肱骨外科颈骨折的固定 / 174
- ◎ 肩部损伤、固定与肩周炎 / 176

PART 18

/ 179

上臂骨折

- ◎ 腕部用力上臂断 / 180
- ◎ 上臂骨折并发腕下垂 / 181
- ◎ 肱骨干骨折的对线对位 / 182
- ◎ 上肢悬吊与骨折端分离 / 183
- ◎ 握拳也能消肿 / 184

PART 19

/ 185

肘部损伤

- ◎ 透视肘部骨骼结构 / 186
- ◎ 儿童常见的肘部骨折 / 188
- ◎ 易被忽略的骨骺损伤 / 190
- ◎ 比骨折还严重的并发症 / 191
- ◎ 肘内翻畸形 / 193
- ◎ 按摩注意事项 / 195
- ◎ 肘部骨折与脱位的区别 / 196
- ◎ 鹰嘴骨折 / 197

CONTENTS

PART 20 前臂骨折 / 199

前臂骨折

- ◎ 前臂结构特点 / 200
- ◎ 中医治疗前臂双骨折 / 201
- ◎ 孟氏骨折 / 204
- ◎ 盖氏骨折 / 205
- ◎ 前臂骨折患者的“云手”练习 / 207
- ◎ 前臂的旋转功能恢复 / 209

PART 21 腕部损伤 / 213

腕部损伤

- ◎ 腕部结构与血供 / 214
- ◎ 骨折后的“餐叉样”畸形 / 216
- ◎ Colles 骨折的复位时机和多种固定 / 217
- ◎ 注意“鼻烟窝”肿痛 / 218
- ◎ 腕部骨折护理与锻炼 / 220
- ◎ 常见的腕骨错缝 / 222

PART 22 手损伤 / 225

手损伤

- ◎ 手的解剖构造 / 226
- ◎ 手指的功能 / 228
- ◎ 手部骨折的处理 / 231
- ◎ 手指脱位的应急处理 / 232
- ◎ 外伤畸形——锤状指的由来 / 233

PART 23 腕部损伤 / 237

腕部损伤

- ◎ 容易骨折的部位 / 238

目 录

- ◎ 年龄与股骨颈骨折预后 / 240
- ◎ 股骨颈骨折需注意 / 242
- ◎ 破损关节,以旧换新 / 243
- ◎ 预防骨折、认识预后 / 245
- ◎ 股骨粗隆间骨折及其支架疗法 / 246
- ◎ 髌关节脱位 / 248
- ◎ 髌部骨折后的“三不”原则 / 250

P A R T 24

/ 253

股骨骨折

- ◎ 骨折内出血 / 254
- ◎ 自动复位疗法 / 255
- ◎ 功能锻炼要及早 / 257
- ◎ 悬吊皮肤牵引法治疗儿童骨折 / 259
- ◎ 骨折内固定 / 261

P A R T 25

/ 263

膝部损伤

- ◎ 髌骨“自述” / 264
- ◎ 抓髌器、聚髌器 / 265
- ◎ 胫骨平台骨折 / 268
- ◎ 膝关节的缓冲装置——半月板 / 270
- ◎ 膝关节的多种损伤 / 271

P A R T 26

/ 275

小腿骨折

- ◎ 常见的胫骨中下1/3骨折 / 276
- ◎ 小腿骨折处的固定架疗法 / 277
- ◎ 小腿骨折不愈合 / 278
- ◎ 小腿骨折练功法 / 280

CONTENTS

P A R T I 27

/ 283

踝部损伤

- ◎ 踝部伤筋与动骨 / 284
- ◎ 在活动中复位的三踝骨折 / 285
- ◎ 踝部骨折与创伤性关节炎 / 287
- ◎ 功能锻炼 / 288
- ◎ 跟腱断裂 / 289

P A R T II 28

/ 293

足损伤

- ◎ 人体的“弹簧”——足弓 / 294
- ◎ 疲劳骨折 / 296
- ◎ 固定鞋 / 297
- ◎ 跟骨骨折和晚期病残 / 300

P A R T III 29

/ 303

胸部损伤

- ◎ 肋骨骨折 / 304
- ◎ 血胸和气胸 / 305
- ◎ 骨折的自我判断 / 306
- ◎ 肋骨骨折固定方法 / 307

P A R T IV 30

/ 309

骨盆骨折

- ◎ 骨盆的结构 / 310
- ◎ 骨盆损伤 / 312
- ◎ 骨盆骨折的原因 / 313
- ◎ 泌尿系统损伤与护理 / 314

脊柱骨折

- ◎ 脊柱的结构与常见骨折 / 318
- ◎ 一个截瘫患者的启示 / 320
- ◎ 易被忽视的脊柱骨折 / 321
- ◎ 正确使用腰背部垫枕 / 322
- ◎ 脊柱骨折的护理禁忌 / 323
- ◎ “拱桥”与“飞燕”练功 / 323
- ◎ 截瘫患者的护理 / 327

谈“骨”论“筋”

谈“骨”论“筋” 话解剖

ART

1