

现代外科健康教育丛书

现代外科健康教育

——骨科分册

主 审◎邵增务

主 编◎周文娟 陈慧芬

现代外科健康教育丛书

现代外科健康教育

——骨科分册

主 审 邵增务

主 编 周文娟 陈慧芬

副主编 高 远 王慧文 陈 婷 李 娟

编 者 (以姓氏笔画为序)

王 亮 王星星 王娟丽 王淑娟

王慧文 方 莉 占 雯 付玉芳

刘 莉 阮婷玉 李 娟 李 婷

李春霞 杨 艳 宋红燕 陈 婷

陈 璇 陈慧芬 罗凯燕 周 红

周文娟 周丽君 胡梅园 段征征

姜 攀 徐瑞璠 高 远 苗 芳



华中科技大学出版社

<http://www.hustp.com>

中国·武汉

内 容 简 介

本书是“现代外科健康教育丛书”之一。

本书内容包括总论、专科篇两大部分,重点介绍了上肢骨折、下肢骨折、躯干骨折、关节脱位、肌肉及韧带损伤、关节与骨疾病、骨与关节感染、骨肿瘤、退行性病变、骨科常见畸形等的围手术期康复指导。全书各章以问答的形式进行介绍,科学实用、通俗易懂。

本书不仅可供患者及其家属参考使用,也可供广大临床护理工作及教师使用。

图书在版编目(CIP)数据

现代外科健康教育.骨科分册/周文娟,陈慧芬主编. —武汉:华中科技大学出版社,2017.11

ISBN 978-7-5680-2216-3

I. ①现… II. ①周… ②陈… III. ①外科学 ②骨科学 IV. ①R6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 219851 号

现代外科健康教育——骨科分册

Xiandai Waike Jiankang Jiaoyu——Guke Fence

周文娟 陈慧芬 主编

策划编辑:周琳 车巍

责任编辑:熊彦

责任监印:周治超

出版发行:华中科技大学出版社(中国·武汉)

武汉市东湖新技术开发区华工科技园

封面设计:原色设计

责任校对:刘竣

电 话:(027)81321913

邮 编:430223

录 排:华中科技大学惠友文印中心

印 刷:武汉华工鑫宏印务有限公司

开 本:880mm×1230mm 1/32

印 张:13.25

字 数:385千字

版 次:2017年11月第1版第1次印刷

定 价:46.00元



华中出版

本书若有印装质量问题,请向出版社营销中心调换
全国免费服务热线:400-6679-118 竭诚为您服务
版权所有 侵权必究

现代外科健康教育丛书

编 委 会

总主编 喻姣花 李素云

编委会成员(以姓氏笔画为序)

王培红	王曾妍	左晓艳	田 敏	史雯嘉
付 诗	乐革芬	刘志荣	刘彦林	汤运红
许妮娜	李素云	李燕君	杨荆艳	杨晓霞
张 琳	陈慧芬	周文娟	周慧敏	姜湘红
徐 芬	徐丽芬	高兴莲	喻姣花	程 芳
程湘玮	谢 芬	褚 婕	谭翠莲	熊丹莉

网络增值服务 使用说明

1. PC 端读者操作步骤

(1) 登录

a. 登录网址 <http://yixue.hustp.com/index.php>, 完成注册后点击“登录”。输入账号、密码后, 提示登录成功。

b. 完善个人信息, 将个人信息补充完整后, 点击保存即可。

(2) 查看图片

点击“课程”, 选择相应图书, 即可看到书内图片。

2. 手机端读者操作步骤

(1) 用手机扫描二维码, 按提示登录; 新用户先注册, 然后再登录。

(2) 登录之后, 按页面要求完善个人信息。

(3) 验证成功后, 即可看到该二维码所对应的图片。

序 1

护理是诊断和处理人类对现存的或潜在的健康问题的反应。现代护理学赋予护士的根本任务是“帮助患者恢复健康,并帮助健康人提高健康水平”。根据这一任务,护理活动可以分为两大类:一类是临床护理活动,即帮助患者维持生命、减轻痛苦和促进健康的恢复;另一类则是健康教育和健康促进活动,即帮助患者获得与健康相关的知识,预防疾病发生,提高自我保健能力和建立健康相关行为。

外科手术作为一种压力源,会造成患者的心理应激,对患者的康复不利。不同专科手术护理的健康教育满足了人们对健康的关注和需要,充分体现了护理专业在人类健康领域中的重要性。开展专科护理健康教育,有助于住院手术患者及家属配合手术,可增强手术患者的适应能力,促进手术顺利实施,提高手术疗效,促进患者康复,具有深远的社会意义。

“现代外科健康教育丛书”由长期工作在外科护理工作一线的护理专家,结合多年实践经验,总结、归纳外科临床护理工作中的常见问题,并根据当前外科护理学发展的要求编撰而成。本套丛书根据外科手术科室的具体专科特点,系统地介绍了专科手术护理等健康教育工作的内容,围绕患者最担心、最关心、最需要解决的问题展开,重点介绍术前健康教育、术后健康教育和出院健康指导等内容,对住院手术患者和家属进行有

目的、有计划、有效果的健康教育,促进患者快速康复,提高患者生活质量。

值此华中科技大学同济医学院附属协和医院建院 150 周年之际,我谨将本套丛书推荐给广大患者!

中华医学会外科学分会常委

中华医学会外科学分会实验外科学组组长

中华医学会湖北省腔镜外科学会主任委员

中华医学会武汉市普通外科学会主任委员

华中科技大学同济医学院附属协和医院院长

华中科技大学同济医学院第一临床学院院长

医学博士 教授 主任医师 博士生导师



2016 年 10 月 26 日

序 2

当您感觉不适去医院看病时,您会不会抱怨:看病难,与医生沟通时间太短,听不懂医生说的医学名词。您会不会疑惑:我该挂哪个科?我需要做哪些检查?我必须做手术吗?……阅读“现代外科健康教育丛书”可以帮助您解答以上问题。本套丛书使用通俗易懂的语言,采用问答的形式及清晰直观的图片,帮助您熟悉自己的身体部位、结构和功能,了解外科疾病的相关基本知识,获得必要的健康常识。

21 世纪是人类社会迈向健康文明时代的世纪,人类发展关注的是尽量避免不良的健康状况和死亡,健康促进和健康教育已经成为 21 世纪的主旋律。在我国近年来的护理工作改革中,最引人注目的转变之一就是越来越多的医院在实施责任制整体护理的过程中,开展了对患者及其家属的健康促进和健康教育工作。

“现代外科健康教育丛书”体现了国家护理工作改革的最新趋势,以及国内、外护理健康教育的先进理念,参加编写的人员均为国内三级甲等医院护理部的资深护理专家和长期从事临床专科护理工作的一线护理人员。

“现代外科健康教育丛书”配合国家护理工作改革目标,深入、持久地开展护理健康教育,对社会、医院及患者都将产生积

极的影响,具有深远的社会意义。本套丛书共分为 17 个分册,根据专科特色,翔实地介绍了外科门诊就诊患者及住院患者亟须解决的问题。本套丛书系统性地告诉您什么时候应该去医院就诊、应该做哪些检查、怎样与医生积极配合等,更重要的是还会教您如何休息、如何合理膳食、如何适度运动,就像是一位陪伴在您身边的专业、细致的贴心“保健师”。无论您是健康者,还是外科疾病患者或是患者家属,都能从这套丛书中得到实用且通俗易懂的医学护理知识。

国家卫生标准委员会医院感染控制标准专业委员会委员兼秘书长

原卫生部护理中心主任

中国护理管理杂志社副社长 编辑部主任

冯玉秀

前言

随着传统生物医学模式向生物-心理-社会医学模式的转变,健康教育日益受到重视。近年来,卫生行业大力推广“以人为本”的健康教育,既能预防疾病,也能指导患者有计划、有步骤、科学进行康复训练。为了便于从事骨科护理的在职人员继续教育学习,患者与患者家属参考阅读,促进护理事业的发展,我们组织出版了《现代外科健康教育——骨科分册》一书。在编写本书时,作者不仅广泛收集了国内外资料,参考了大量的骨科专著、文献及骨科护理领域里最新研究动态及学术成果,同时为了顺应当代护理学的发展趋势,贴近临床护理的实际工作,还组织了一批从事多年临床工作和教学的具有临床护理经验的护理专家参与编写。

全书由两大部分组成,共 62 章。第一部分是总论,介绍骨科的发展史、骨科诊疗范围、骨科常规的检查方法、骨科手术麻醉及常见并发症、骨科疼痛的评估及处理、骨折与脱位等。第二部分专科篇是本书的重点,分别介绍上肢骨折围手术期康复指导、下肢骨折围手术期康复指导、躯干骨折围手术期康复指导、关节脱位围手术期康复指导、肌肉及韧带损伤围手术期康复指导、关节与骨疾病围手术期康复指导、骨与关节感染围手术期康复指导、骨肿瘤围手术期康复指导、退行性病变围手术期康复指导、骨科常见畸形围手术期康复指导和其他骨科疾病围手术期康复指导。第二部分各章以问答的形式,按照疾病的基础知识、术前健康指导、术后健康指导、出院后的健康指导四部分进行介绍。本书科学实用、通俗易懂。

希望本书对广大医护人员自身业务素质的提高有所帮助,能使



广大医护人员更好地服务于骨科疾病患者,同时对于患者及家属也有一定的指导作用。

周文娟

华中科技大学同济医学院附属协和医院骨科

中国人民解放军总医院骨科

目录

第一部分 总论

第一章 骨科总论 / 3

- (一) 骨科简介 / 3
- (二) 骨科常规的检查方法 / 3
- (三) 骨科手术麻醉及常见并发症 / 4
- (四) 骨科临床基本操作 / 5
- (五) 骨科疼痛的评估及处理 / 8
- (六) 骨折与脱位 / 8

第二部分 专科篇

第二章 肩胛骨骨折围手术期康复指导 / 13

- (一) 肩胛骨骨折的基础知识 / 13
- (二) 术前健康指导 / 14

- (三) 术后健康指导 / 15
- (四) 出院后的健康指导 / 17

第三章 肩胛颈骨折围手术期康复指导 / 18

- (一) 肩胛颈骨折的基础知识 / 18
- (二) 术前健康指导 / 19
- (三) 术后健康指导 / 20
- (四) 出院后的健康指导 / 22

第四章 肱骨近端骨折围手术期康复指导 / 24

- (一) 肱骨近端骨折的基础知识 / 24
- (二) 术前健康指导 / 24
- (三) 术后健康指导 / 26
- (四) 出院后的健康指导 / 28

第五章 肱骨干骨折围手术期康复指导 / 30

- (一) 肱骨干骨折的基础知识 / 30
- (二) 术前健康指导 / 31
- (三) 术后健康指导 / 32
- (四) 出院后的健康指导 / 33

第六章 肱骨髁上骨折围手术期康复指导 / 34

- (一) 肱骨髁上骨折的基础知识 / 34
- (二) 术前健康指导 / 34
- (三) 术后健康指导 / 35
- (四) 出院后的健康指导 / 38

第七章 肱骨外髁骨折围手术期康复指导 / 40

- (一) 肱骨外髁骨折的基础知识 / 40
- (二) 术前健康指导 / 40



- (三) 术后健康指导 / 42
- (四) 出院后的健康指导 / 45

第八章 尺骨鹰嘴骨折围手术期康复指导 / 47

- (一) 尺骨鹰嘴骨折的基础知识 / 47
- (二) 术前健康指导 / 47
- (三) 术后健康指导 / 47
- (四) 出院后的健康指导 / 49

第九章 尺骨骨折围手术期康复指导 / 51

- (一) 尺骨骨折的基础知识 / 51
- (二) 术前健康指导 / 52
- (三) 术后健康指导 / 53
- (四) 出院后的健康指导 / 55

第十章 前臂双骨折围手术期康复指导 / 57

- (一) 前臂双骨折的基础知识 / 57
- (二) 术前健康指导 / 59
- (三) 术后健康指导 / 59
- (四) 出院后的健康指导 / 62

第十一章 股骨颈骨折围手术期康复指导 / 63

- (一) 股骨颈骨折的基础知识 / 63
- (二) 术前健康指导 / 64
- (三) 术后健康指导 / 67
- (四) 出院后的健康指导 / 69

第十二章 髌骨骨折围手术期康复指导 / 71

- (一) 髌骨骨折的基础知识 / 71
- (二) 术前健康指导 / 72

(三) 术后健康指导 / 73

(四) 出院后的健康指导 / 75

第十三章 胫骨平台骨折围手术期康复指导 / 77

(一) 胫骨平台骨折的基础知识 / 77

(二) 术前健康指导 / 77

(三) 术后健康指导 / 79

(四) 出院后的健康指导 / 80

第十四章 踝关节骨折围手术期康复指导 / 81

(一) 踝关节骨折的基础知识 / 81

(二) 术前健康指导 / 82

(三) 术后健康指导 / 83

(四) 出院后的健康指导 / 87

第十五章 颈椎骨折围手术期康复指导 / 88

(一) 颈椎骨折的基础知识 / 88

(二) 术前健康指导 / 89

(三) 术后健康指导 / 91

(四) 出院后的健康指导 / 94

第十六章 寰枢关节脱位/半脱位围手术期康复指导 / 95

(一) 寰枢关节脱位/半脱位的基础知识 / 95

(二) 术前健康指导 / 96

(三) 术后健康指导 / 98

(四) 出院后的健康指导 / 100

第十七章 锁骨骨折围手术期康复指导 / 101

(一) 锁骨骨折的基础知识 / 101

(二) 术前健康指导 / 103



- (三) 术后健康指导 / 105
- (四) 出院后的健康指导 / 106

第十八章 肋骨骨折围手术期康复指导 / 107

- (一) 肋骨骨折的基础知识 / 107
- (二) 术前健康指导 / 109
- (三) 术后健康指导 / 110
- (四) 出院后的健康指导 / 112

第十九章 胸腰椎骨折围手术期康复指导 / 113

- (一) 胸腰椎骨折的基础知识 / 113
- (二) 术前健康指导 / 115
- (三) 术后健康指导 / 116
- (四) 出院后的健康指导 / 117

第二十章 骨盆骨折围手术期康复指导 / 119

- (一) 骨盆骨折的基础知识 / 119
- (二) 术前健康指导 / 120
- (三) 术后健康指导 / 121
- (四) 出院后的健康指导 / 123

第二十一章 肩关节脱位围手术期康复指导 / 124

- (一) 肩关节脱位的基础知识 / 124
- (二) 术前健康指导 / 125
- (三) 术后健康指导 / 126
- (四) 出院后的健康指导 / 129

第二十二章 肘关节脱位围手术期康复指导 / 131

- (一) 肘关节脱位的基础知识 / 131
- (二) 术前健康指导 / 132

(三) 术后健康指导 / 133

(四) 出院后的健康指导 / 135

第二十三章 髋关节脱位围手术期康复指导 / 136

(一) 髋关节脱位的基础知识 / 136

(二) 术前健康指导 / 137

(三) 术后健康指导 / 138

(四) 出院后的健康指导 / 141

第二十四章 膝关节脱位围手术期康复指导 / 144

(一) 膝关节脱位的基础知识 / 144

(二) 术前健康指导 / 145

(三) 术后健康指导 / 146

(四) 出院后的健康指导 / 148

第二十五章 踝关节脱位围手术期康复指导 / 150

(一) 踝关节脱位的基础知识 / 150

(二) 术前健康指导 / 151

(三) 术后健康指导 / 152

(四) 出院后的健康指导 / 154

第二十六章 肩袖损伤围手术期康复指导 / 157

(一) 肩袖损伤的基础知识 / 157

(二) 术前健康指导 / 158

(三) 术后健康指导 / 159

(四) 出院后的健康指导 / 162

第二十七章 腱鞘囊肿损伤围手术期康复指导 / 163

(一) 腱鞘囊肿损伤的基础知识 / 163

(二) 术前健康指导 / 164