

图书在版编目(CIP)数据

骨折 / 乔欣等编著. -2 版. - 北京: 中国中医药出版社, 2005. 1
(健康教育丛书)

ISBN 7-80156-771-4

I. 骨... II. 乔... III. 骨折 - 基本知识 IV. R683

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 133686 号

责任编辑: 包艳燕

中国中医药出版社出版

发行者: 中国中医药出版社

(北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦

电话: 64405750 邮编: 100013)

(邮购联系电话: 84042153 64065413)

印刷者: 河北天普润印刷厂

经销者: 新华书店总店北京发行所

开 本: 850×1168 毫米 32 开

字 数: 49 千字

印 张: 4.625

版 次: 2005 年 1 月第 2 版

印 次: 2005 年 1 月第 1 次印刷

册 数: 4000

书 号: ISBN 7-80156-771-4/R·771

定 价: 10.00 元

如有质量问题, 请与出版社发行部调换。

HTTP: //WWW.CPTCM.COM

目录

一般知识

人体有多少块骨头	(3)
人体骨骼有什么作用	(4)
你知道骨的构造吗，骨有哪些理化特性 ...	(5)
什么是骨折	(7)
骨折是怎么引起的	(8)
什么情况下应该怀疑骨折	(9)
骨折早期可能会见到哪些并发症	(10)
骨折晚期会发生哪些并发症	(13)
骨折愈合的标准是什么	(15)
哪些因素会影响骨折的愈合	(16)
你知道医生治疗骨折的原则吗	(19)
骨折的整复标准是什么	(22)

什么叫外固定，目前常用的方法是什么	(24)
什么叫内固定，切开复位与内固定有什么 缺点	(28)
小夹板固定骨折的适应证是什么，什么情况 不能使用	(31)
外固定病人什么时候解除外固定	(32)
骨折为什么要固定在关节功能位	(33)

特殊检查

X 线检查在骨科有什么诊断作用	(37)
骨科患者常做哪些造影检查	(38)
什么是 CT 和 MRI 检查	(39)
膝关节镜检查适用于什么病证	(41)
什么是放射性核素骨显像检查	(42)

常见骨折

怎么知道锁骨骨折了，患者应当如何配合
医生治疗 (45)

肱骨骨折怎么治疗 (48)

肱骨髁上骨折有哪些表现，患者应该怎么
配合治疗 (50)

发生了肱骨外髁骨折怎么办 (53)

桡尺骨干双骨折有什么表现，应该怎样治
疗 (54)

桡骨下端骨折的临床表现是什么，用什
么方法进行治疗 (57)

腕舟骨骨折有什么症状，患者应该如何配
合治疗 (59)

掌骨骨折有什么表现 (60)

指骨骨折是怎样发生的，如何治疗 (61)

股骨颈骨折是怎么回事，如何治疗 (63)

股骨转子间骨折的表现是什么 (66)

什么是股骨干骨折，有什么表现，如何 处理	(68)
髌骨骨折有什么表现	(70)
发生了胫腓骨干骨折怎么办	(71)
跟骨骨折是怎么引起的，如何治疗	(73)
肋骨骨折后有什么临床表现	(74)
什么是胸腰椎体骨折	(76)

护理知识

怎样护理骨折病人的生活起居	(81)
怎样对骨折病人进行精神护理	(82)
如何对骨折病人进行皮肤护理	(83)
骨折病人小夹板外固定后怎样护理	(85)
骨折复位固定器使用后应如何护理	(87)
牵引病人的护理应注意什么	(89)
家属对石膏外固定病人的护理应注意什 么	(91)
骨折病人应怎样进行局部护理	(92)

饮食宜忌

- 骨折病人的饮食护理原则是什么 (97)
- 你知道常见食物的治疗作用吗 (98)
- 骨折病人可以选择药粥辅助治疗吗 ... (102)
- 骨折病人怎样进行食疗 (106)
- 吸烟喝酒对骨折的愈合有什么影响 ... (108)

功能锻炼

- 骨折病人为什么要进行功能锻炼 (113)
- 功能锻炼有几种形式 (114)
- 功能锻炼可分为几个阶段进行，有哪些
主要方法 (115)
- 自动活动与被动运动有什么区别 (118)
- 功能锻炼应注意什么问题 (119)
- 功能锻炼有什么要求 (120)

怎样进行颈部锻炼	(121)
怎样进行肩关节锻炼	(122)
怎样进行肘关节和手部锻炼	(123)
怎样进行腰部锻炼	(124)
怎样进行背肌锻炼	(125)
怎样进行下肢各关节及肌肉锻炼	(125)
脊柱骨折怎样进行功能锻炼	(127)

关键词索引

..... (129)

一般知识

健康需知识
医理是真知

人体有多少块骨头

骨在成人有 206 块，约占体重的 1/5。每块骨均是一个器官，具有一定的形态结构和血管、神经的供应，能不断进行新陈代谢，有其生长发育过程，并具有修复和改建的能力。经常进行锻炼可促进骨骼的良好发育，如长期废用则出现萎缩。

骨的形态和功能是互相制约的，由于功能的不同，骨有不同的形态，基本上可分为四类：即长骨、短骨、扁骨和不规则骨。

长骨呈长管状，分为一体和两端。体又名骨干，骨质致密，围成骨髓腔，内含骨髓，在体的一定部位有血管出入的滋养孔。端又名骺，较膨大并具有光滑的关节面，由关节软骨覆盖。长骨分布于四肢，在运动中起杠杆作用。

短骨一般呈立方形，多成群地连接存在，如腕骨和跗骨。

扁骨呈板状，分布于头、胸等处。它们主要构成骨性腔的壁，对腔内器官有保护作用，如颅盖骨、胸骨和肋骨等。

不规则骨形态如其名，呈不规则形，如椎骨。有些不规则骨，内有含气的腔，称为含气骨，如上颌骨等。

人体骨骼有什么作用

骨与骨之间的连接装置医学上称为骨连结。全身各骨通过骨连结构成骨骼。附于骨骼上的肌肉称为骨骼肌。肌肉收缩时，牵引骨移动位置，产生运动。骨、骨连结和骨骼肌三部分共同组成人体的运动系统。它们在神经系统的支配下对身体起着运动、支持和保护的作用。

你知道骨的构造吗， 骨有哪些理化特性

每个骨块都由骨质、骨髓和骨膜以及关节软骨构成，并有神经和血管分布。

1. 骨质：骨质是骨的主要成分，表现为密质和松质两种形式。密质质地致密，构成长骨干以及其他类型骨和长骨骺的外层。在颅盖骨，密质构成外板和内板。松质由许多片状的骨小梁交织排列而成，呈海绵状，存在于长骨骺及其他类型骨的内部。颅盖骨的松质在内外板之间。

2. 骨髓：骨髓为柔软而富有血液的组织，充填于长骨骨髓腔及松质腔隙内，分为红骨髓和黄骨髓。红骨髓有造血功能，内含大量不同发育阶段的红细胞和某些白细胞；黄骨髓含大量脂肪组织。胎儿及幼儿的骨内全是红骨髓，6岁前后，长骨骨髓腔内的红骨髓逐渐转化为黄骨髓，红骨髓仍保留于各类型骨的松质内，继续造血。

3. 骨膜：骨膜是由致密结缔组织构成的膜，包裹除关节面以外的整个骨面。骨膜内层有一些细胞可分化为破骨细胞和成骨细胞，分别具有破坏旧骨质和产生新骨质的功能，在骨的发生、生长、改造和修复时，它们的功能最为活跃。骨膜内有丰富的血管，可营养骨质，故手术时要尽量保留骨膜。

4. 关节软骨：关节软骨紧贴在骨的关节面上，多为透明软骨，参与构成关节，具有减少摩擦的作用。

成年人的骨骼，由 $\frac{1}{3}$ 的有机质（主要是胶原蛋白）和 $\frac{2}{3}$ 的无机质（主要是磷酸钙和碳酸钙等）组成。有机质和无机质的结合，使骨骼既有弹性又很坚硬。小儿的骨骼无机质含量较少，有机质含量较多，因此弹性大而硬度小，容易发生变形；老年人的骨骼则与此相反，有机质较少而无机质相对较多，因此较易发生骨折。

什么是 骨折

医学认为骨或骨小梁的连续性和完整性遭到破坏即为骨折。骨折在日常生活和劳动中是经常遇到的问题。

什么是骨折?这个问题实际上许多人并不很清楚。认为骨头断了就是骨折，其实不然。如有的人仅仅是骨里面的骨小梁发生断裂，表面看不出骨折，又如小孩的骨骺分离以及老年人因为各种原因引起骨质疏松导致椎体压扁，都叫骨折。因此，在日常生活中一定要警惕骨折的发生，特别是老年人更应注意。如有怀疑，应该先去医院照 X 线片确诊，千万不可在尚未搞清有无骨折的情况下随便治疗，这样会带来不良后果。

骨折是怎么引起的

造成骨折的原因主要有外力作用和骨骼疾病引起骨质破坏两种。

外力伤害是造成骨折的主要原因。造成骨折的外力有直接暴力、间接暴力、肌肉牵拉力和积累性力四类。车祸、机器绞轧等造成的骨折多属于直接暴力类，这种骨折都发生在外来暴力直接作用的部位。人跌倒时手掌撑地，使上肢长骨应力角度改变，承受过大压力而引起的手腕或手臂骨折等属于间接暴力类，一般发生在远离外来暴力作用的部位。体育训练中单杠上拉或投弹，如果肌肉牵拉急剧而不协调，发生撕脱性骨折，则属肌肉牵拉力类。积累性力引起的骨折又称为疲劳骨折，可发生在全身所有的骨骼，而以

第2、3跖骨颈或胫、腓骨干下1/3处以及胫骨较为多见。如长时间超强度训练，使骨内应力集中积累，造成慢性损伤性骨折，不习惯地持续过量负重造成的椎体压缩骨折等也属此类。

此外，还有一种骨折属于病理性骨折。因为此时骨骼已有病变，如脆骨病、骨结核、骨肿瘤等，病变发展到一定程度，骨质遭到严重破坏，常常遭受轻微外力就会断裂，形成骨折。

什么情况下应该怀疑骨折

人在受到外伤时，无论属于上述外力伤害中的哪一种，都应警惕骨折的发生。如果伤害部位有局部疼痛、明显压痛或明显的肿胀，甚至见到皮下瘀血斑，则应进一步检查是否有功能障碍。因骨折发生后，局部失去正常骨的支架和杠杆作用，所以会出现患肢活动受限，功能丧失。如果肢体发生完全性骨折、错位等，局部就会出现明显畸形，如肢体骨折后形成角度或缩短，在检查时可听到骨折断端相碰的骨擦音和异常活动。在骨的表浅部位，可

触及骨折端，这时候就要将患者平稳地送到医院请医生确诊、治疗。X 线检查对骨折有特殊的诊断价值，它不仅能证实骨折的存在，而且能了解骨折的类型、程度。但透视只能对骨折作大概的了解，为进一步确诊，医生至少要从两个方位进行拍照，病人一定要注意配合。

骨折早期可能会 见到哪些并发症

机体遭受外力伤害，除发生骨折外，还可能引起全身或局部的并发症。并发症的存在可能影响骨折的处理和预后。有的并发症甚至可能威胁患者生命，因此了解常见并发症，并配合医生正确、妥善地处理并发症，在骨折的治疗中是很重要的。

1. 全身并发症

(1) 休克：多为创伤直接造成或失血过多以及感染中毒所致。患者在发生骨折

时，若出现大汗淋漓、四肢厥冷、面色苍白、皮肤湿冷、心跳过快、呼吸困难，甚至表情淡漠、意识模糊以至昏迷时，患者家属应及时配合医生进行抗休克治疗。

(2) 脂肪栓塞：脂肪栓塞这种情况尽管较为少见，却是骨折所特有的严重并发症，一般不易作出早期诊断，但是一旦发现便难以挽救，因此应该引起足够的重视。脂肪栓塞的临床表现主要为昏迷、休克，甚至突发死亡。

2. 骨折局部并发症

(1) 感染：多见于开放骨折，特别是由外向内损伤的开放骨折，伤口污染一般较为严重，常有异物存留，若不及时、彻底地进行清创，很容易发生感染，导致骨髓炎、败血症等疾病的发生。

(2) 血管损伤：骨折时，由于暴力的挤压、撕裂，骨折端的刺戳等原因都可以引起血管损伤，因而不仅可以导致肢体坏死，而且容易造成失血性休克，乃至死亡。

(3) 缺血性肌挛缩：缺血性肌挛缩一般多见于肱骨髁上骨折和胫骨上端骨折。这种并发症主要由于重要血管损伤，供血不足，以致肌群缺血