

健康教育丛书

# 骨折

编著 乔欣 俞国旭

中国中医药出版社

· 北京 ·

摇图书在版编目(CIP)数据

摇骨折 张欣等编著 北京：中国中医药出版社，  
2000

摇（健康教育丛书 张文康主编）

摇 陈月 陈月 陈月 陈月

摇 I 援骨...摇 II 援乔...摇 III 援骨折防治 暨 及读物  
摇 IV 援砸 砸 砸 砸

摇中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 2000 号

中国中医药出版社出版

发行者：中国中医药出版社

(北京市朝阳区东兴路 苑号 电话：2000 邮 码：  
2000)

印刷者：河北省南宫市印刷厂

经销者：新华书店总店北京发行所

开摇本：苑苑苑毫米摇开

字摇数：源千字

印摇张：源缘

版摇次：2000 年 怨月第 员版

印摇次：2000 年 员月第 圆次印刷

册摇数：员册 员册

书摇号：陈月 陈月 陈月 陈月 陈月 陈月 陈月 陈月

定摇价：源元

# 目 录

## □一般知识

|                      |      |
|----------------------|------|
| 摇人体有多少块骨头 .....      | (猿)  |
| 摇人体骨骼有什么作用 .....     | (源)  |
| 摇你知道骨的构造吗, 骨有哪些      |      |
| 摇摇摇理化特性 .....        | (源)  |
| 摇什么是骨折 .....         | (远)  |
| 摇骨折是怎么引起的 .....      | (苑)  |
| 摇什么情况下应该怀疑骨折 .....   | (愿)  |
| 摇骨折早期可能会见到哪些并        |      |
| 摇摇摇发症 .....          | (怨)  |
| 摇骨折晚期会发生哪些并发症 .....  | (员园) |
| 摇骨折愈合的标准是什么 .....    | (员源) |
| 摇哪些因素会影响骨折的愈合 .....  | (员缘) |
| 摇你知道医生治疗骨折的原则吗 ..... | (员怨) |
| 摇骨折的整复标准是什么 .....    | (圆园) |

- 摇什么叫外固定，目前常用的  
 摇摇摇方法是什么 ..... (圆猿)
- 摇什么叫内固定，切开复位与内  
 摇摇摇固定有什么缺点 ..... (圆猿)
- 摇小夹板固定骨折的适应症是什么，  
 摇摇摇什么情况不能使用 ..... (圆猿)
- 摇外固定病人什么时候解除外  
 摇摇摇固定 ..... (猿)
- 摇骨折为什么要固定在关节功  
 摇摇摇能位 ..... (猿)

## □特殊检查

- 摇载线检查在骨科有什么诊断作用 .....  
 ..... (猿)
- 摇骨科患者常作哪些造影检查 ..... (猿)
- 摇什么是 愧和 酞酞检查 ..... (猿)
- 摇膝关节镜检查适用于什么病症 ..... (猿)
- 摇什么是放射性核素骨显像检查 ..... (猿)

## □常见骨折

- 摇怎么知道锁骨骨折了，患者应  
 摇摇摇当如何配合医生治疗 ..... (源)

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 摇肱骨骨折怎么治疗 .....      | (源) |
| 摇肱骨髁上骨折有哪些表现，患者      |     |
| 摇摇摇应该怎么配合治疗 .....    | (源) |
| 摇发生了肱骨外髁骨折怎么办 .....  | (缘) |
| 摇桡尺骨干双骨折有什么表现，       |     |
| 摇摇摇应该怎样治疗 .....      | (缘) |
| 摇桡骨下端骨折的临床表现是什么，     |     |
| 摇摇摇用什么方法进行治疗 .....   | (缘) |
| 摇腕舟骨骨折有什么症状，患者       |     |
| 摇摇摇应该如何配合治疗 .....    | (缘) |
| 摇掌骨骨折有什么表现 .....     | (缘) |
| 摇指骨骨折是怎样发生的，如何       |     |
| 摇摇摇治疗 .....          | (缘) |
| 摇股骨颈骨折是怎么回事 .....    | (远) |
| 摇股骨转子间骨折的表现是什么 ..... | (远) |
| 摇什么是股骨干骨折，有什么        |     |
| 摇摇摇表现 .....          | (远) |
| 摇髌骨骨折有什么表现 .....     | (远) |
| 摇发生了胫腓骨干骨折怎么办 .....  | (远) |
| 摇跟骨骨折是怎么引起的，如何       |     |
| 摇摇摇治疗 .....          | (远) |
| 摇肋骨骨折后有什么临床表现 .....  | (苑) |

摇什么是胸腰椎体骨折 ..... (苑园)

## □护理知识

摇怎样护理骨折病人的生活起居 ..... (苑园)

摇怎样对骨折病人进行精神护理 ..... (苑园)

摇如何对骨折病人进行皮肤护理 ..... (苑园)

摇骨折病人小夹板外固定后怎样

摇摇摇护理 ..... (苑园)

摇骨折复位固定器使用后应如何

摇摇摇护理 ..... (苑园)

摇牵引病人的护理应注意什么 ..... (苑园)

摇家属对石膏外固定病人的护理

摇摇摇应注意什么 ..... (苑园)

摇骨折病人应怎样进行局部护理 ..... (苑园)

## □饮食宜忌

摇骨折病人的饮食护理原则是什么 ... (苑园)

摇你知道常见食物的治疗作用吗 ..... (苑园)

摇骨折病人可以选择药粥辅助

摇摇摇治疗吗 ..... (苑园)

摇骨折病人怎样进行食疗 ..... (苑园)

摇吸烟喝酒对骨折的愈合有什么

|             |        |
|-------------|--------|
| 摇摇摇影响 ..... | ( 怨怨 ) |
|-------------|--------|

## □ 功能锻炼

摇骨折病人为什么要进行功能

|             |         |
|-------------|---------|
| 摇摇摇锻炼 ..... | ( 员圆猿 ) |
|-------------|---------|

|                  |         |
|------------------|---------|
| 摇功能锻炼有几种形式 ..... | ( 员圆源 ) |
|------------------|---------|

摇功能锻炼可分为几个阶段进行，

|                  |         |
|------------------|---------|
| 摇摇摇有哪些主要方法 ..... | ( 员圆缘 ) |
|------------------|---------|

摇自动活动与被动运动有什么

|             |         |
|-------------|---------|
| 摇摇摇区别 ..... | ( 员圆远 ) |
|-------------|---------|

|                    |         |
|--------------------|---------|
| 摇功能锻炼应注意什么问题 ..... | ( 员圆苑 ) |
|--------------------|---------|

|                  |         |
|------------------|---------|
| 摇功能锻炼有什么要求 ..... | ( 员圆愿 ) |
|------------------|---------|

|                 |         |
|-----------------|---------|
| 摇怎样进行颈部锻炼 ..... | ( 员圆怨 ) |
|-----------------|---------|

|                  |         |
|------------------|---------|
| 摇怎样进行肩关节锻炼 ..... | ( 员猿园 ) |
|------------------|---------|

|                     |         |
|---------------------|---------|
| 摇怎样进行肘关节和手部锻炼 ..... | ( 员猿员 ) |
|---------------------|---------|

|                 |         |
|-----------------|---------|
| 摇怎样进行腰部锻炼 ..... | ( 员猿圆 ) |
|-----------------|---------|

|                 |         |
|-----------------|---------|
| 摇怎样进行背肌锻炼 ..... | ( 员猿猿 ) |
|-----------------|---------|

摇怎样进行下肢各关节及肌肉

|             |         |
|-------------|---------|
| 摇摇摇锻炼 ..... | ( 员猿源 ) |
|-------------|---------|

|                     |         |
|---------------------|---------|
| 摇脊柱骨折怎样进行功能锻炼 ..... | ( 员猿缘 ) |
|---------------------|---------|

## □ 医院专科

## □关键词索引

..... (元缘)

摇摇健康需知识

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 14%。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

---

摇摇 有哪些理化特性  
摇摇

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。

(员) 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。

(圆) 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，远岁前后，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。

(猿) 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。

（源）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 ~~无机~~ 的有机质（主要是胶原蛋白）和 ~~有机~~ 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，应该先去医院照载线片确诊，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，而以第二、三跖骨颈或胫、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

### 摇摇 疑骨折 摇摇

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。载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，为了进一步确诊，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

### 摇摇些并发症 摇摇

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。

### （员）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、皮肤冷湿、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。

### （圆）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