

2010年手术室护理：老年患者转子间骨折的围术期运动训练及指导护士资格考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/0/2021\\_2022\\_2010\\_E5\\_B9\\_B4\\_E6\\_89\\_8B\\_c21\\_900.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/0/2021_2022_2010_E5_B9_B4_E6_89_8B_c21_900.htm) 入院当天责任护士适时详细了解患者

入院前的准确运动量、日常生活能力、思维判断能力、既往病史、生活习惯，与患者及家属一起制订康复最适宜的运动量和计划。入院次日至术前日，实施术前的运动训练计划：

（1）双侧踝关节、背伸、跖屈、旋转交替运动，术前需踝套牵引者，患侧踝关节可在牵引下保持髌、膝功能位，并做患肢踝背伸，跖屈运动或取下踝套行踝关节背伸、跖屈、旋转交替运动；（2）双侧股四头肌舒、缩运动；（3）健侧下肢直腿抬高运动，要求抬离床面 $> 50^{\circ}$ ；<http://ks.100test.com>

（4）健侧膝关节屈、伸 $0 \sim 90^{\circ}$ ，利用床上吊环，屈健侧膝关节，用健康足蹬床，保持患肢伸直或牵引下抬臀部运动，早期或手术后需在护士指导帮助下完成，要求保持整个臀部平衡，不能歪斜，要求抬离床面 $15^{\circ} \sim 30^{\circ}$ ，维持 $3 \sim 5s$ ；

（5）利用床上吊环抬高身体及做扩胸运动，要求胸背部抬离床面 $> 30^{\circ}$ ；来源：[www.examda.com](http://www.examda.com)（6）采取吹气球或吹气泡等方法进行深呼吸训练，以增大肺潮气量，增加膈肌力量，减少气道阻力和无效腔，以上锻炼均按照患者的全身健康状况及平时的运动量来制订实施，切不可强制执行，护士每天至少督促 $2 \sim 3$ 次，在指导患者进行训练和护理过程中，要经常与患者交谈，了解其感受和需求，检查训练方法是否正确，有无按要求做，是否有进展 更多信息请访问：百考试题护士网校 护士论坛 护士在线题库 百考试题执业护士加入收

藏相关推荐：2010年手术室护理：老年患者转子间骨折的大小便的护理 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。  
详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)