

2010年外科护理：网球肘的护理要点护士资格考试 PDF转换  
可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/1/2021\\_2022\\_2010\\_E5\\_B9\\_B4\\_E5\\_A4\\_96\\_c21\\_1311.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/1/2021_2022_2010_E5_B9_B4_E5_A4_96_c21_1311.htm)

网球肘因网球运动员易患此病而得名，它的医学名称为肱骨外上髁炎。家庭主妇、砖瓦工、木工等长期反复用力做肘部活动者，也易患此病。由于长期的劳损，可使附着在肘关节部位的一些肌腱和软组织，发生部分性纤维撕裂或损伤，或因摩擦造成骨膜创伤，引起骨膜炎。主要表现在肘关节外侧疼痛，并向前臂外侧放射，握物无力，在拧螺丝或挤毛巾时，局部疼痛加剧。患处有些肿胀，可摸到骨质的增生隆起，压痛明显。欲确诊此病，可作旋臂屈腕试验，方法是将肘关节伸直，腕部屈曲，然后将前臂尽量向后、向外旋转，此时如果肘部疼痛加剧，即说明是患了网球肘。

网球肘的护理要点<http://ks.100test.com>

- 1.早期应休息，患肢用三角巾固定悬吊在胸前，局部可热敷、理疗。来源：[www.100test.com](http://www.100test.com)
- 2.可用揉、按、理顺、镇静按压手法按摩，每日1次。可解除血管、肌肉痉挛，舒筋活血，理筋整复。注意按摩时动作要轻柔，切忌粗暴强拉，以免造成继发性损伤。
- 3.针灸，中草药外洗、外敷，贴伤湿止痛膏也有一定效果，达到祛风除湿、舒筋活络、活血止痛的目的。一般来说，如果经过各种保守治疗无效，且已严重影响工作和生活，方可考虑手术治疗。

更多信息请访问：百考试题护士网校  
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)