

2010年护士社区护理：骨折患者的家庭护理护士资格考试

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](https://www.100test.com/kao_ti2020/1/2021_2022_2010_E5_B9_B4_E6_8A_A4_c21_1367.htm)

[_E6_8A_A4_c21_1367.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/1/2021_2022_2010_E5_B9_B4_E6_8A_A4_c21_1367.htm) 冬季一直是骨折的高发期，特别是今年冬天，连连的冰雪天气让骨折的发生率增大，据长春市中心医院骨科门诊统计，今年骨折的发生率比往年高10%

~20%，而骨折病人家庭护理的好坏，对骨折的愈合至关重要。为了让大家了解更多的骨折后家庭护理的注意事项，记者采访了长春市中心医院骨科张大千主任医师。初期防止再移位 张主任说，采用石膏固定的患者，在家中一定要把患肢抬高，这样可以帮助血液循环，减轻疼痛和肿胀。腿骨骨折用石膏固定的患者，注意观察趾甲的颜色，用指尖轻压病人趾甲，如果放松后很快充血红润，说明末梢循环良好，如出现发青、发紫，证明石膏过紧，要及时到医院进行处理。骨折初期为防止再移位要减少活动，但可做一些以肌肉收缩为主的活动，如：手指、脚趾的肌肉收缩运动。衣物应以方便为主

来源：考试大 骨折患者的衣物，一定要以方便为主，因此要尽量选择衣袖或裤管宽松的衣物，也可以根据骨折的部位和受伤的程度，把衣服进行一定的改造。特别是下肢骨折的患者，可以将患者两侧的裤管剪开，换成拉锁，以方便穿脱。张主任介绍说，骨折患者在穿脱衣服上，也有一定的方法：脱衣服时应先脱健侧，穿衣服时先穿患侧。张主任特别指出，在寒冷的冬季，患肢的血液循环不是很好，因此要做好患肢的保暖工作。需要定期复查 百考试题论坛 骨折患者在石膏固定后2周至3周内需要到骨科门诊进行复诊，看骨折复位情况。张主任说，以后的每周最好都到骨科门诊复查，防

止固定变松后患处再度错位。另外，平时患者要仔细观察患肢是否有畸形，长期站立时患肢是否有肿痛的现象发生，如有不适要及时到门诊让医生处理。在骨折2周后，患者可以根据骨折的稳定程度，在医生的指导下，做一些防止肌肉萎缩或关节僵硬的简单活动。而在骨折后期，当石膏拆除后，可以做一些促进关节活动和肌力的恢复的运动。张主任还提醒，骨折期间最好不要洗澡，以免石膏沾水变软，失去固定作用。多吃富含钙的食物 www.Examda.CoM 骨折患者因为运动受到限制会有便秘的现象，因此饮食上，可以吃些富含纤维的食物，帮助胃肠蠕动，还可以多喝蜂蜜，多吃香蕉，帮助排便。张主任说，骨折患者可以多吃一些富含蛋白质、钙的食物，如：豆制品、奶制品，也可以多喝一些大骨头汤、鸡汤等。饭菜营养合口才能让患者增加食欲，有利于伤口的愈合。另外，患者的房间每天都要定时开窗通风，促进空气流通，让患者呼吸新鲜空气。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