

2010年护士社区护理：老年性脊柱骨折家庭护理\_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\\_E6\\_8A\\_A4\\_c21\\_1758.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/1/2021_2022_2010_E5_B9_B4_E6_8A_A4_c21_1758.htm)

老年人因年龄的老化，正常分泌的性激素不足，容易出现蛋白质合成减少而导致骨质疏松，骨质疏松脱钙最明显的部位是胸椎和腰椎，因此，在轻微的外力作用下，容易发生这两个部位的椎体骨折。临床经住院药物治疗症状好转后，还要在家里约3~6个月的卧床康复治疗，由于老人的体质弱，各种功能差，这样细心的家庭的护理就显得尤其的重要。

- 1.病室干净，卧硬板床，可垫海绵、气垫等，床铺平整、干燥、舒适。来源:百考试题网
- 2.注意补充营养，调理饮食，给予高蛋白、高营养易消化食物，增强机体抵抗力。
- 3.家属及陪护人员对病人要关心、体贴，多与病人交谈，避免刺激性的语言，说明卧床的重要性，解除病人怕麻烦人的思想顾虑。
- 4.防止便秘。因病人长期卧床，肠蠕动减慢，容易引起便秘。可给予热敷按摩腹部，促进肠蠕动，多进食含纤维素丰富的食物及水果，必要时使用开塞露塞肛或口服泻剂。
- 5.防止肌肉萎缩。鼓励病人进行四肢主动活动或被动活动，如上肢外展、扩胸运动，两手做捏橡皮球或毛巾的训练，以及手指的各种动作；加强足踝、足趾的运动，做膝关节的屈伸运动，按摩下肢肉。
- 6.防止褥疮。保持床铺的平整、松软、清洁、干燥，定时翻身，按摩受压部位，注意皮肤清洁干燥，每天用温水清洁皮肤2次，对易出汗部位可用爽身粉外搽。
- 7.防止肺部感染。注意保暖，保持内衣及被单的干燥，避免着凉。保持口腔清洁也是预防肺感染的方法之一；鼓励病人深呼吸，每天行深呼吸数次，指导病人进

行有效的咳嗽：先深吸气，在呼气约2/3时咳嗽，反复进行。定时翻身，防止肺泡萎缩及肺不张。 <http://ks.100test.com> 8.防止泌尿系结石和感染。注意保持会阴部和尿道口的清洁卫生，每天多喝水，经常交换体位，进行力所能及的主、被动锻炼，防止尿中分解钙形成结晶结石。 9.逐步行腰背肌功能锻炼，促进病人康复。方法有：（1）仰卧位锻炼法：病人用头、双肘及双足作为支撑点，使背部、腰臀部向上抬，悬空后仰。（2）俯卧位锻炼法：病人俯卧于床上，两上肢向背后伸，使头、胸及两上肢离开床面；两腿伸直向上抬起，离开床面，可交替进行抬起，然后同时后仰抬高。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 2010年执业护士保过班优费 赠送E币 2010护理学专业（护士）《相关专业知识》全真模拟试汇总 2010护理学专业（护士）《基础知识》全真模拟试题相关推荐：2010年护士社区护理：喉管病人的家庭护理 2010年护士社区护理：膀胱造瘘病人的家庭护理 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)