

2010年外科护理：老年人胸腰椎压缩性骨折保守治疗的护理_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_E5_A4_96_c21_1829.htm

随着人口老龄化时代到来，老年人骨折疏松、脊椎压缩性骨折临床逐渐增多。一、心理护理病人大部分来自农村，由于突发卧床不起，生活不能自理，医学教育网搜集整理加之知识缺乏，易出现焦虑、忧郁、悲观、消极情绪，丧失治疗信心。针对病人心理状态，除给予生活上的关心照顾外，及时与家属取得联系，做好家属工作，与家属共同安慰病人，解除其顾虑，向病人及家属解释疾病的机制，介绍治疗方法、时间、效果、治疗费用等，使其正确认识疾病，树立康复信心，积极配合治疗。二、专科护理采用垫枕与功能锻炼结合的方法。目的是促进骨折膨胀复位，加强腰背肌力量，避免进一步丢骨及骨质疏松的发生。病人平卧硬板床以骨折处为中心，腰背部垫一5cm高软枕，在护士及家属协助下进行挺胸功能锻炼，臀部、肩部不离开床面，使脊柱、胸腰段离床面约3~4cm，入院当天就可开始，3~4次/d，每次20遍左右，垫枕与锻炼初期，可能会出现腰背疼痛轻度加重和不适感，可根据其承受度不断调整运动量，随症状缓解可逐渐加大锻炼量，垫枕高度逐渐增高可达10~15cm。伤后1周可采用5点支撑法练习。方法：病人仰卧，用头部双肘及双足撑起全身，使背部尽力腾空后伸。伤后2~3周可采用3点支撑法练习。方法：病人双臂置于胸前，用头部及双足撑在床上，而全身腾空后伸。伤后3~4周可采用4点支撑法练习。方法：用双手及双足撑在床上，全身腾空，

呈一拱桥状。伤后5~6周可采用飞燕式练习。方法：俯卧位，上肢后伸，小腿与踝部垫一软枕，头部与肩部尽量后伸，在上肢、头与背部尽量后伸的同时，下肢伸直后伸全身反弓，仅腹部着床，呈一弧形。锻炼时间一般需1.5~3个月。

百考试题论坛 三、药物治疗与饮食调节 常规给予降钙素、钙剂、维生素D，伤后初期也可根据具体情况加用止血消肿镇痛剂，饮食上要注意进食牛奶、豆类、鱼、海带等含钙丰富的食物及粗纤维蔬菜、水果，保持大便通畅，促进钙质吸收。

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