

骨折病人忌“三多一少” PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/470/2021_2022__E9_AA_A8_E6_8A_98_E7_97_85_E4_c67_470053.htm 许多人骨折后，排骨、骨头汤、钙类营养品、糕点等的“优待”是少不了的，甚至天天都吃。河南中医学院一附院骨伤科主任医师李慧英说，这种做法非但不能加快断骨的愈合，还会起到反作用。总的来讲，骨折病人有四忌：多吃骨头 骨折病人多吃骨头，非但不能早期愈合，反而会使骨折愈合的时间推迟。骨折后过多地吃排骨、喝骨头汤，就会促使骨质内无机质成分增高，导致骨质内有机质的比例失调，所以就会对骨折的早期愈合产生阻碍作用。多补钙质 有人以为骨折后多补充钙质能加速断骨的愈合。其实，增加钙的摄入量并不能加速断骨的愈合，而对于长期卧床的骨折病人，还有引起血钙增高的潜在危险。所以骨折病人只要根据病情按医嘱加强功能锻炼和尽早活动，就能促进骨对钙的吸收利用，加速骨的愈合。多吃白糖 大量摄入白糖，将引起葡萄糖的急剧代谢，从而产生代谢的中间物质。同时过多的白糖也会使体内的维生素B1的含量下降。这是因为维生素B1是糖在体内转化为能量时必需的物质。维生素B1不足，会大大降低肌肉的活动能力，亦影响功能的恢复。少喝水 卧床骨折病人因行动不便，会尽量少喝水，以减少小便的次数。但如果卧床病人活动少，肠蠕动减弱，再加上饮水减少，就很容易引起大便秘结，长期卧床，小便潴留，也容易诱发尿路结石和泌尿系感染。所以，卧床的骨折病人千万不能少喝水。 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