

如何科学护理骨折病人

袁振容

江安县人民医院 644200

〔中图分类号〕R473.6

〔文献标识码〕A

〔文章编号〕2095-7165 (2021) 02-103-01

在日常生活中,有句俗话说伤筋动骨 100 天,虽然是句俗语,但这句话并不是没有道理的,在发生骨折后,想要完全康复是需要很长一段时间的。通常情况下,骨折在发生后,愈合至少需要三个月的时间,但如果是像粉碎性骨折这样的损伤严重的骨折,不但需要进行手术治疗,而且恢复的时间也非常长,恢复时间可能需要半年甚至是一年。在发生骨折后,没有及时处理或者是科学进行护理比如在骨折恢复期间过度摄入滋补食物,不忌口刺激性食物或者是术后康复锻炼不规范等等,都会对骨折的恢复造成影响,因此在发生骨折后,不但要及时治疗,而且要科学的进行护理。

一、骨折的危害

1. 急性骨萎缩

急性骨萎缩就是指因为受到损伤而导致患者关节附近出现病理性骨质疏松,急性骨萎缩也被称为放射性交感神经性骨营养不良,经常在手或者是足骨折后出现,疼痛和血管舒缩紊乱是其典型症状。

2. 下肢静脉血栓

下肢静脉血栓形成通常是在盆骨或者下肢发生骨折后发生,下肢骨折后,患者活动受限,静脉回流受限,加上应为受损血液处于高凝状态,所以很容易发生血栓。因此骨折患者在治疗康复期间要进行适当锻炼。

3. 缺血性肌挛缩

在患者的筋膜室综合征没有科学处理后就会引发缺血性肌挛缩,缺血性肌挛缩也是骨折最严重的并发症之一。在骨折处理不当比如固定过紧或者是患者软组织受损都会造成缺血性肌挛缩的发生。骨折患者在发生缺血性肌挛缩后,不但治疗困难,还非常容易导致患者发生残疾,比如典型的爪形手和爪形足就是因为缺血性肌挛缩造成的。

4. 损伤性关节炎

关节内骨折或者是关节面受到破坏但未能及时准确复位,骨骼愈合后关节面的平整度会受到影响,在长期受到磨损后非常容易发生损伤性关节炎,在关节活动时会出现疼痛。

二、骨折患者的护理

1. 急救护理

对于在脊柱、大腿或者是小腿发生骨折的患者,在为患者进行急救处理时要注意不能随意搬运移动患者,应该直接就地进行骨折固定。在大腿发生骨折的患者,患者的内出血量较大,出血量甚至可以达到人体总血量的四分之一,因此,在为患者进行骨折固定时要注意控制包扎固定的力度,避免因为包扎过紧而造成患者发生神经麻痹。在使用绷带或者是夹板为患者固定后,应该定时查看患者末梢的血液循环情况以及注意观察患者骨折情况,确定包扎松紧度是否合适。

2. 防止休克

对于有严重创伤的骨折患者,要先观察患者的生命体征,在发现患者有呼吸心跳停止或者是呼吸心跳微弱时,要立即对患者进行人工呼吸、胸外心脏按压以及输血护理等等,防止患者发生休克。

3. 伤口护理

如果骨折患者的身体表面有开放性伤口的话,要立即对患者

伤口进行处理,在为患者进行止血后,用消毒纱布或者是绷带来将患者的伤口包扎好,避免因为伤口长期暴露被污染从而引发感染。如果是使用止血带为患者止血的话,应该要明确使用止血带的时间。

4. 骨折部位的固定护理

在为患者进行固定之前先将毛巾、棉花、布料等铺垫在夹板上,避免对患者的皮肤造成损伤。用绷带固定夹板时要注意绷带缠绕的方向,应该从患者骨折部位的下方开始缠绕,这样可以有效预防和缓解患者患肢充血水肿的情况。固定夹板的位置放置也要注意,夹板置于患者骨折部位的两侧或者是下方。除此之外,要注意夹板固定的松紧度,如果夹板固定过紧,会加剧患者患肢的充血和水肿情况,但如果固定过松的话,患者骨折发生摆动,反而会加剧患者病情。

5. 镇痛护理

通常情况下,在发生骨折后,人们都会产生剧烈疼痛,在疼痛严重时,可能会造成患者发生休克,因此在患者疼痛情况比较严重时给予患者药物镇痛是非常有必要的,可以通过让患者服用止痛片或者是注射止痛剂等方式来进行镇痛,但要注意的是给予患者的镇痛药物要根据患者的具体情况进行选择。对于因为肿胀压迫引起的疼痛,可以先将患者患肢抬高,然后用冰敷在减少血液循环来缓解患者的水肿,从而达到镇痛的目的。

6. 皮肤护理

在发生骨折后,患者通常都需要长期卧床,因此做好皮肤护理是非常有必要的。对于使用石膏固定的患者,要保持患者的皮肤干燥清洁。要勤换床单被套等床上用品,保持床上用品的干净整洁。对于无法翻身的患者要定期为其翻身,用 50% 的酒精或者是滑石粉为患者受压部位进行按摩,避免出现褥疮。

7. 饮食护理

骨折患者要想快速恢复,还应该要加强营养。骨折患者应该多吃富含维生素、蛋白质以及纤维素的食物,多吃水果和蔬菜,多喝水,适当的补充铁、锌、锰等,饮食清淡有规律。骨折患者严禁抽烟喝酒以及食用生冷、油炸以及辛辣等具有刺激性的食物。除此之外,在治疗和康复期间,骨折患者要注意不能盲目补钙。

8. 进行功能训练

骨折患者在长期卧床或者活动不当的情况下,会出现肌肉萎缩、关节强直以及肢体末端肿胀的情况,因此,在病情允许的情况下患者要进行适当的活动和锻炼,对于无法下床的患者,可以在床上进行大腿肌肉收缩、足趾和踝关节运动等。注意在进行锻炼是要结合自身情况进行适当锻炼,不但操之过急要循序渐进,避免因为锻炼过度而造成不必要的伤害。

三、结语

为了能够早日康复,骨折患者在在接受治疗的同时也要做好护理,如果日常护理不但不的话不但会影响患者恢复,而且还有可能会对患者造成二次伤害。对于骨折患者的护理,要注意做好患者的皮肤护理、饮食护理以及功能锻炼等等护理,确保患者充足的营养摄入,注意日常锻炼,从而促进患者康复。