

肱骨外科颈骨折后的养护知识知多少

陈 翠

阿坝州人民医院 四川阿坝 624000

〔中图分类号〕R68 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165(2022)01-088-01

“伤筋动骨一百天”，骨折对于患者而言，不光带来身体上的伤痛，还给患者的生活行动带来较大的影响。骨折在现有的医疗技术条件下，相关的治疗措施与治疗手段都比较成熟，这在一定程度上缓解了患者承受病痛的时间。骨折病人在术后，尤其要注意养护，才能较快让病人尽快恢复。

一、什么是肱骨外科颈骨折？

（一）基本概述

肱骨外科颈(surgical neck of neck)位于人体的解剖颈(anatomical neck)下方2cm-3cm处，该位置处于胸大肌止点的上方，该部位处于松质骨向平滑骨过渡区域，整体骨骼形式较为纤细，因而是人体骨骼的薄弱区域。因此如果不加注意很容易引起骨折。这种肱骨外科颈骨折在所有年龄段都有可能发生，但对于患骨质疏松与老年人而言，发生这种骨折的概率较大。肱骨外科颈骨折发生后，往往是较为严重的病情，还有可能伴随局部大量出血，因此当发生这种情况的骨折后，需引起特别重视。

（二）产生原因及表现症状

导致肱骨外科颈骨折的主要原因就是外部力量对于该部位的猛烈冲击所致，比如受到他人的暴力伤害、摔倒时用手和肘部支撑等，这些直接外力作用和间接的外力传导，都是较为常见导致肱骨外科颈骨折的原因。肱骨外科颈骨折作为一种较为严重的伤害病症，在临床中常常表现为：第一，伴随剧烈的疼痛，且这种疼痛较为明显，尤其是患者在运动时往往伴随着叩痛与环状性压痛；第二，肿胀问题，这是由于肱骨外科颈骨折往往伴随相应部位的肌肉与皮肤组织的伤害，这就会导致骨折部位的肿胀较为明显；第三，患者的生活与活动受到极大限制。

（三）临床分类

按照临床表现，肱骨外科颈骨折可以分为以下几种类型：

第一，裂纹型骨折。也称为裂缝骨折，这种情况往往是外部暴力所导致的，使得肱骨外科颈在外力作用下，像瓷器裂纹一样，但相应骨骼的位置并未发生位移。

第二，外展型骨折。这是由于病人在跌倒过程中，上肢体外展位导致的骨折，并导致肱骨外科颈远侧段呈现外展，而骨折近侧段呈现内收，从而形成骨折的远侧段与近侧段向外成角位移，并且这种类型的骨折往往还表现在远侧段与近侧段相互嵌插。

第三，内收型骨折。这也是由于病人在得到过程中，由于上肢体内收位导致的骨折。并且肱骨外科颈远侧段呈现内收，近侧段呈现外展，这与外展型骨折的表现形式相反，但都形成了向外成角位移，且远侧段与近侧段相互嵌插。

（四）可能导致的并发症

骨折作为一种较为严重的人体伤害，往往还伴随着较为严重的并发症，这些症状对于患者的影响也是较大的，一般而言，肱骨外科颈骨折的并发症分为以下三种：

第一，胸部伤害。由于外部强力导致肱骨外科颈骨折，会让其合并产生较多的伤害，这种伤害会延伸到胸部，如胸肋骨骨折、气胸等症状产生。

第二，血管损伤。这种情况较为少见，但在老年人群中发生概率较大。这是由于老年人血管硬化，血管弹性活力差，很容易因为肱骨外科颈骨折导致血管损伤。

第三，神经损伤。肱骨外科颈骨折近侧段有很多臂丛神经，当骨折发生后，往往会让腋神经、肩胛神经、肌皮神经以及桡神经损伤的情况发生，同时腋神经受到损伤的概率加大。

二、肱骨外科颈骨折发生后如何养护

当肱骨外科颈骨折发生后，首先要及时地进行治疗，并根据主治医生地建议及早进行手术治疗。在进行手术治疗后，还需进行科学合理地养护，才能帮助患者早日康复。如何进行肱骨外科颈骨折后的养护，应该从以下几方面着手：

第一，康复护理方面。首先，在术后要采取有效的措施进行骨折部位的固定，抬高骨折位置的肢体，时刻观察骨折远侧段血液循环情况与肢体感觉情况。其次，时常检查骨折处的固定情况，不时调整固定夹板的松紧程度，且须保持有效的固定状态。最后，术后心理护理，这是帮助患者建立康复信心，为患者排除骨折后活动受限的苦恼状态，提升患者康复期间积极向上的心理状态，利于患者早日康复。

第二，饮食养护。首先不要过量吃肉与喝骨头汤，人们常常认为骨折后多吃肉骨头，多喝骨头汤，可使骨折早期愈合。其实不然，现代医学经过多次实践证明，骨折患者多吃肉骨头，非但不能早期愈合，反而会使骨折愈合时间推迟。究其原因，是因为受损伤后的再生主要是依靠骨膜和骨髓的作用，而骨膜、骨髓只有在增加骨胶原的条件下，才能更好地发挥作用，而肉骨头的成分主要是磷和钙。若骨折后大量摄入，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，就会对骨折的早期愈合产生阻碍作用。其次，不要挑食，骨折患者常伴有局部水肿、充血、出血、肌肉组织损伤等情况。机体本身对这些有抵抗修复能力，而机体修复组织、长骨生肌、骨痂形成及化瘀消肿的原料就是靠各种营养素的，由此可知保证骨折顺利愈合的关键就是营养。在饮食上要做到营养丰富，色、香、味俱佳，能刺激食欲。适当多吃一些番茄、苋菜、青菜、萝卜等维生素C含量丰富的蔬菜，以促进骨痂生长和伤口愈合。

三、结语

肱骨外科颈骨折作为对身体较为严重的骨折伤害，需要进行有效的养护，才能帮助患者早日康复。