

# 《骨伤疾病调养与护理》

## 图书基本信息

书名：《骨伤疾病调养与护理》

13位ISBN编号：9787800899836

10位ISBN编号：7800899837

出版时间：1999-05

出版社：中国中医药出版社

作者：孙之镐

页数：294

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《骨伤疾病调养与护理》

## 内容概要

### 内容提要

本书以浅显易懂的问答形式，介绍了骨折、脱位、筋伤以及骨与关节疾病的调养与护理方法。重点介绍了骨伤科疾病患者在患病后应注意的自身调养及功能锻炼知识，同时也介绍了家属及医护人员如何护理患者的有关知识和方法。本书语言通俗易懂，图文并茂，适合于广大骨伤科疾病患者及医护人员阅读。

## 书籍目录

### 目录

#### 一、骨伤疾病的调护方法

- 1.疾病调护在骨伤科临床工作有何重要性？
- 2.如何做好骨伤疾病一般的护理工作？
- 3.如何对骨伤病人进行心理调治？
- 4.骨伤病人如何选择使用外用药物？
- 5.如何使用骨伤科外敷药？
- 6.怎样使用中药熏洗热敷法？
- 7.如何使用热熨法？
- 8.骨伤患者饮食调养有哪些原则？
- 9.如何对骨伤病人进行饮食调养？
- 10.骨伤病人宜选择哪些食物？
- 11.骨伤病人如何选择药粥？
- 12.骨伤病人如何选择药膳？
- 13.小夹板外固定后应注意些什么？
- 14.石膏外固定前后和固定过程中应注意些什么？
- 15.皮肤牵引后应如何进行观察，怎样进行护理？
- 16.骨牵引后如何进行观察和护理？
- 17.怎样运用练功疗法防治骨伤科疾病？
- 18.骨伤病人在进行练功时应当注意些什么？
- 19.长期卧床病人应如何调护？
- 20.骨伤患者在手术麻醉前后应如何护理？
- 21.骨伤病人如何选择正确的理疗方法？
- 22.进行封闭疗法的患者应如何护理？
- 23.“丁字鞋”怎样制作及应用？
- 24.如何选择和使用拐杖？

#### 二、骨折与脱位的调护

- 25.锁骨骨折外固定后主要应注意哪些问题？
- 26.锁骨骨折应如何进行练功？
- 27.肩关节脱位手法整复后应如何护理？
- 28.肩关节脱位后应如何进行练功？
- 29.肱骨外科颈骨折小夹板外固定后应注意观察些什么？
- 30.肱骨外科颈骨折应如何进行练功？
- 31.肱骨干骨折小夹板外固定后应注意哪些问题？
- 32.如何预防肱骨干骨折整复固定后发生骨折断端分离移位？
- 33.肱骨干骨折应如何进行练功？
- 34.小儿肱骨髁上骨折小夹板外固定后应注意哪些问题？
- 35.尺骨鹰嘴骨折小夹板外固定后应注意哪些问题？
- 36.肘关节脱位手法整复后如何正确护理？
- 37.小儿桡骨头半脱位如何预防？
- 38.肘部骨折与肘关节脱位应如何进行练功？
- 39.尺骨上1/3骨折合并桡骨小头脱位小夹板外固定后应注意哪些问题？
- 40.前臂双骨折复位小夹板外固定后应注意哪些问

题？

41. 桡、尺骨骨折患者应如何进行练功？
42. 腕部骨折整复小夹板外固定后应注意哪些问题？
43. 腕舟骨骨折后石膏固定的范围与体位如何，怎样进行观察？
44. 腕部骨折应如何进行练功？
45. 手部骨折小夹板外固定后应注意哪些问题？
46. 手部骨折脱位应如何进行练功？
47. 髌关节脱位整复后的注意事项有哪些？
48. 髌关节脱位应如何进行练功？
49. 股骨颈骨折非手术治疗时主要应注意哪些问题？
50. 股骨颈骨折应如何进行练功？
51. 股骨转子部骨折牵引治疗中应注意哪些问题？
52. 下肢髌人字石膏拆除后，怎样进行关节功能锻炼？
53. 股骨干骨折牵引后应如何护理？
54. 垂直悬吊皮肤牵引治疗小儿股骨干骨折时应注意哪些问题？
55. 股骨干骨折应如何进行练功？
56. 膝部骨折治疗中应如何预防膝关节僵直？
57. 髌骨骨折患者家庭疗养中应注意哪些问题？
58. 胫骨髁（平台）骨折患者家庭疗养中应注意些什么？
59. 如何进行膝关节的练功？
60. 胫腓骨干骨折固定后应注意哪些问题？
61. 胫腓骨干骨折患者应如何进行练功？
62. 踝部骨折整复固定后应注意哪些问题？
63. 踝部骨折脱位后应如何进行练功？
64. 跟骨骨折外固定后应注意些什么？
65. 跖骨骨折整复固定后应注意些什么？
66. 婴儿四肢骨干产伤骨折后如何观察和护理？
67. 颈椎损伤的病人应注意哪些问题？
68. 脊椎损伤病人现场救护时应注意哪些问题？
69. 脊柱骨折病人应注意哪些问题？
70. 脊柱钢质支架外固定后应注意哪些问题？
71. 腰背肌功能锻炼对脊柱损伤病人有哪些作用？
72. 胸腰椎骨折应如何进行练功？
73. 如何做好截瘫病人的心理调治？
74. 截瘫患者如何进行营养供给和饮食调养？
75. 家属及医护人员如何给截瘫病人翻身？
76. 如何护理截瘫病人的皮肤？
77. 截瘫病人如何护理大便？
78. 截瘫病人如何护理小便？
79. 骨盆骨折病人在治疗过程中应注意哪些问题？
80. 骨盆骨折合并尿道断裂者术后应注意些什么？
81. 骨盆骨折患者应如何进行练功？
82. 尾椎骨骨折或脱位的病人应注意哪些问题？
83. 肋骨骨折的病人应注意哪些问题？

- 84.肋骨骨折的病人肺部并发症的防护措施有哪些？
  - 85.创伤性血胸、气胸病人应注意哪些问题？
  - 86.骨折病人如何进行饮食调养？
  - 87.老年人如何预防骨折？
  - 88.如何促进骨折后肢体肿胀的消退？
  - 89.骨折术后如何防治便秘？
  - 90.骨折术后怎样防止排尿困难？
  - 91.骨折整复是否必须完全对位？
  - 92.骨折病人的X线检查应注意哪些问题？
  - 93.骨折内固定术后怎样处理内固定物？
  - 94.使用外固定器治疗骨折术后应注意些什么？
  - 95.对开放性损伤病员应如何救护？
  - 96.救护四肢开放性骨折时应注意哪些问题？
- ### 三、筋伤疾病的调护
- 97.肩关节周围炎的防护方法有哪些？
  - 98.肩关节周围炎的病人如何进行自我练功？
  - 99.肘部筋伤如何进行自我保健？
  - 100.手腕部筋伤如何进行自我保健？
  - 101.手外伤康复应注意哪些问题？
  - 102.手部陈旧性肌腱断裂何时修复好？
  - 103.指（趾）甲下血肿如何自我处理？
  - 104.指间关节挫伤怎么办？
  - 105.拇指腱鞘炎如何防治？
  - 106.髋部筋伤如何做保健体操？
  - 107.膝部筋伤如何做保健体操？
  - 108.膝关节慢性滑膜病人如何康复？
  - 109.膝关节创伤性关节炎病人应注意哪些问题？
  - 110.半月板切除术后应注意哪些问题？
  - 111.踝部筋伤如何进行自我保健？
  - 112.踝关节扭伤后怎么办？
  - 113.踝关节扭伤出现后遗症怎样调护？
  - 114.足跟痛怎样自我康复？
  - 115.跟痛症患者如何进行自我调护？
  - 116.跟腱周围炎怎样自我防治？
  - 117.跖底痛患者怎样选择合适的鞋？
  - 118.扁平足病人应注意哪些问题？
  - 119.拇外翻患者如何选择合适的鞋？
  - 120.拇外翻病人怎样自我治疗？
  - 121.周围神经损伤病人如何护理？
  - 122.颈部筋伤应如何预防及护理？
  - 123.小儿先天性斜颈应如何进行家庭治疗？
  - 124.落枕病人如何进行自我防护？
  - 125.颈椎病患者应如何进行心理调治？
  - 126.颈椎病患者应如何进行自我调护？
  - 127.颈椎病患者应如何进行牵引治疗？
  - 128.颈椎病患者应当怎样进行练功？
  - 129.怎样自制和使用颈部围领？
  - 130.怎样自制和使用颈枕？

- 131.如何采取正确的劳动姿势保护腰部？
  - 132.腰痛患者如何正确地使用护腰带？
  - 133.腰腿痛病人如何注意衣食住行？
  - 134.腰痛患者如何进行心理调治？
  - 135.怎样正确对待腰痛？
  - 136.腰痛病人应如何进行自我按摩？
  - 137.腰痛病人应如何进行练功？
  - 138.腰椎间盘突出症病人怎样进行牵引？
  - 139.腰椎间盘突出症施行髓核摘除术后患者如何进行休息和练功？
  - 140.老年腰痛患者怎样进行调养？
  - 141.尾骨痛怎样自我治疗？
  - 142.坐骨神经痛后怎么办？
  - 143.为什么急性筋伤早期要冷敷？
- #### 四、骨与关节疾病的调护
- 144.急性化脓性骨髓炎如何护理？
  - 145.慢性骨髓炎如何护理？
  - 146.急性化脓性关节炎如何进行护理？
  - 147.骨与关节结核患者如何护理？
  - 148.骨与关节结核病人如何注意饮食调养？
  - 149.怎样预防老年人的骨质疏松症？
  - 150.防止骨质疏松如何进行食疗？
  - 151.如何通过锻炼预防骨质疏松症？
  - 152.休息为什么是骨关节炎急性发作期的最佳治疗？
  - 153.骨关节炎患者在饮食、起居上要注意什么？
  - 154.怎样正确认识“骨刺”？
  - 155.增生性关节炎的自我防治措施有哪些？
  - 156.股骨头骨骺骨软骨病患者如何护理？
  - 157.强直性脊柱炎患者是否应坚持运动疗法？
  - 158.强直性脊柱炎患者如何自我护理？
  - 159.类风湿性关节炎病人如何进行家庭护理？
  - 160.日常生活中使类风湿性炎患者症状加重的因素有哪些，如何防护？
  - 161.类风湿性关节炎患者为什么要维持关节于功能位？
  - 162.类风湿性关节炎患者如何进行功能锻炼？
  - 163.类风湿性关节炎患者如何进行食疗？
  - 164.是否所有类风湿性关节炎患者均能进行自我按摩？
  - 165.幼年类风湿性关节炎患者日常生活中应注意什么？
  - 166.如何护理类风湿性关节炎患者？
  - 167.痛风患者如何护理和预防？
  - 168.痛风患者如何选择饮食？
  - 169.截肢术后病人如何护理？
  - 170.人工股骨头置换术后如何护理？
  - 171.人工膝关节置换术后如何护理？
  - 172.扁平髋病人应注意哪些问题？

173.患了胫骨结节骨软骨病怎么办？

174.患了第 跖骨头骨软骨炎怎么办？

## 章节摘录

45 手部骨折小夹板外固定后应注意哪些问题？ 手部在日常生活中活动极多，损伤也相对较多，若处理不当，对手部的功能影响较大。手部骨折小夹板外固定后亦应注意以下诸方面： 1.手部掌骨骨折应在固定时使用分骨垫。无论掌骨骨折还是指骨骨折，小夹板外固定时均应使其处于功能位，即掌指关节屈曲90度，指间关节屈曲45度位。 2.第一掌骨基底部骨折固定时，应尽量使该掌骨头外展，掌指关节屈曲45度，指间关节屈曲90度，以防骨折再移位。 3.手部损伤小夹板固定时，不宜固定来受伤的手指，以防指间关节僵硬。 4.经常调整小夹板外固定带，防止过紧或过松，以免骨折再移位或血液循环障碍。 5.定期拍摄x线片复查，发现移位，及时纠正。同时应早期进行功能锻炼，可在保持功能位外固定的前提下做握拳活动，以促进肿胀消退，防止关节僵直。 6.拆除小夹板后应加强指间、指掌关节活动，必要时应配合理疗、中药煎水熏洗治疗，加速手部功能康复。

46 手部骨折脱位应如何进行练功？ 手部的骨折脱位及软组织损伤，经过适当手术或复位处理之后，功能锻炼比任何其他部位都更加重要。进行主动和被动的功能锻炼，是恢复手功能的最简单易行而又非常有效的方法。功能锻炼可以改善手的血运及营养，恢复关节活动度，增加肌力，使运动协调。 要达到手部良好的功能锻炼，早期必须要做到正确的固定和包扎，这就是应该在不影响骨折的稳定和肌腱、血管、神经及皮肤伤口修复的情况下，尽可能缩小包扎固定的范围和时间。也就是说只需要包扎1个手指，就不要包扎固定2个手指；只需要固定1-2个关节的，就不要固定3-4个关节，让其他的手指和关节能自由活动，不致于使那些不需固定的关节因过多的包扎和固定而发生僵硬。已被包扎固定的关节一般应放置在功能位。固定时间，关节脱位者为3周，骨折者为4-6周。如因治疗需要必须把手或手指放在非功能位时，时间不应超过3-4周。 .....



# 《骨伤疾病调养与护理》

## 精彩短评

1、内容权威，阅读简单快乐！

# 《骨伤疾病调养与护理》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)