

# 骨不连的原因、分类、预防及治疗方法

□ 柯 森

骨不连,又称骨折不愈合,是骨科领域的一个复杂且重要的议题。它指的是骨折在适当的治疗后,未能按照预期进行愈合的情况。骨组织虽然具有强大的自身修复能力,但在某些情况下,骨折愈合的过程可能受到干扰,导致骨不连的发生。本文将详细阐述骨不连的定义、原因、分类、预防以及治疗方法,以帮助患者和医护人员更好地了解和应对这一问题。

## 一、骨不连的定义与原因

骨不连主要是指骨折在适当的治疗和观察期内未能实现愈合。一般来说,骨折在9个月内未能愈合,且连续3个月以上无愈合迹象的,即可诊断为骨不连。骨不连的发生可能由多种因素导致,包括但不限于以下几点:

- 感染:**感染是影响骨折愈合的重要因素之一。感染会破坏骨折部位的生物学环境,影响骨组织的再生和修复,导致骨不连的发生。
- 局部血液供应不足:**骨折部位的血液供应对于骨折愈合至关重要。如果骨折部位的血液供应不足,将影响骨组织的营养供应和代谢,从而影响骨折愈合。
- 骨折端分离:**骨折端分离是骨不连的常见原因之一。如果骨折端未能紧密接

触,将影响骨痂的形成和骨组织的连接,导致骨不连。

4. **骨折稳定不足:**骨折固定不稳定也是导致骨不连的原因之一。如果骨折固定不稳定,将影响骨折部位的稳定性,进而影响骨折愈合。

## 二、骨不连的分类与易发部位

骨不连可以根据不同的标准进行分类,其中最常见的方法是根据其发生原因和类型进行分类。此外,骨不连的发生部位也是值得关注的重点。舟骨、距骨、股骨颈、第五跖骨、胫骨中下段等部位由于血液供应较差,是骨不连的易发部位。此外,骨折合并主要软组织破坏、高能量损伤机制导致的骨折、老年人或免疫功能低下的人以及同时合并有代谢性骨骼疾病患者的骨折也易发生骨不连。

## 三、骨不连的预防策略

预防骨不连的发生是骨科治疗中的重要一环。以下是一些有效的预防策略:

- 正确护理与固定:**骨折后,应确保骨折部位的正确固定和护理,以减少骨折端分离和移位的风险。使用石膏、钢板等固定器材时,要确保固定稳定且不过紧,以免影响血液

循环。

2. **控制感染:**感染是导致骨不连的重要因素之一。因此,骨折后应积极预防感染,包括及时清创、使用抗生素等。同时,要注意个人卫生和饮食调理,提高身体免疫力。

3. **营养与康复锻炼:**骨折愈合需要充足的营养支持。患者应保持均衡的饮食,摄入足够的蛋白质、维生素和矿物质等营养素。此外,适当的康复锻炼可以促进血液循环和肌肉力量恢复,有助于预防骨不连。

## 四、骨不连的治疗方法

对于已经发生骨不连的患者,应根据具体情况选择合适的治疗方法。治疗方法的选择应综合考虑骨不连的原因、部位、类型以及患者的身体状况等因素。常用的治疗方法包括:

- 改善局部生物学行为:**通过去除感染灶、骨移植、骨髓移植等方法改善骨折部位的生物学环境,促进骨组织的再生和修复。
- 加强机械稳定性:**采用钢板螺钉内固定术、髓内钉内固定和外固定架等方法增加骨折部位的稳定性,为骨折愈合创造有利条件。
- 药物治疗:**根据患者的具体情况,使用适当的药物进行治疗,如消炎止痛药、抗生

素、促进骨折愈合的药物等。

## 五、总结与展望

骨不连是骨科领域的一个复杂且重要的议题。通过深入了解骨不连的定义、原因、分类、预防以及治疗方法,我们可以更好地应对这一问题,提高患者的生活质量。随着医学技术的不断进步和研究的深入,相信未来我们将能够更准确地诊断骨不连,更有效地预防和治疗骨不连,为患者带来更好的康复效果。

在日常生活中,我们也应该注意保护骨骼健康,避免骨折等意外的发生。通过保持良好的生活习惯、加强锻炼、保持饮食均衡等措施,我们可以提高骨骼的强度和韧性,降低骨折和骨不连的风险。同时,对于已经发生骨折的患者,应积极配合医生的治疗和康复计划,以期早日恢复健康。

总之,骨不连是一个需要引起足够重视的骨科问题。通过科学的预防和治理措施,我们可以有效地降低其发生率,提高患者的生活质量。让我们共同努力,为骨科健康事业的发展贡献力量。

(作者单位:广西壮族自治区钦州市第二人民医院)

# 冠心病患者的护理要点

□ 李东梅

冠心病即冠状动脉粥样硬化性心脏病,已成为现代社会中威胁人类健康的主要疾病之一。面对这一挑战,除了医学治疗外,科学、合理的日常护理同样重要。本文将详细介绍冠心病患者的护理要点,帮助患者和家属掌握生活的主动权,共同抗击冠心病。

## 一、冠心病的基本知识

冠心病是由于冠状动脉血管发生粥样硬化病变而引起血管腔狭窄或阻塞,造成心肌缺血、缺氧或坏死而导致的心脏病。其典型症状包括胸痛、胸闷、心悸等。了解冠心病的基本知识,有助于我们更好地进行日常护理。冠心病患者在日常生活中,应注意心态调整和人际关系处理,以保持身心健康。

## 二、药物治疗与护理

冠心病是一种常见的心血管疾病,主要表现为冠状动脉狭窄或阻塞,导致心肌缺血、缺氧和坏死。对于冠心病患者来说,除了接受医生的治疗外,还需要在日常生活中注意一些事项,以降低冠心病发作的风险,提高生活质量。药物治疗是冠心病治疗的重要手段。患者需按时按量服用药物,如抗血小板药物、降脂药物等。在护理过程中,家属应监督患者按时服药,注意观察

药物的不良反应,如胃肠道不适、过敏等,并及时与医生沟通调整药物剂量。

## 三、生活方式的调整与护理

冠心病患者在日常生活中应关注自己的身体情况,遵循医生的治疗建议,调整生活方式,以降低冠心病发作的风险,提高生活质量。通过健康饮食、适量运动、控制体重、控制血压和血糖等多种途径,掌握生活的主动权,让心脏更健康。

- 合理饮食:**冠心病患者应遵循低盐、低脂、低糖、高纤维的饮食原则。多吃新鲜蔬菜、水果、全谷类食物等富含纤维的食物,减少高脂肪、高热量食物的摄入。同时,保持规律的饮食习惯,避免暴饮暴食。
- 适量运动:**适当运动有助于改善心血管功能,提高身体素质。冠心病患者应根据自身情况选择适合自己的运动方式,如散步、慢跑、游泳等。运动过程中要注意控制运动强度和运动时间,避免过度劳累。超重和肥胖会增加冠心病的风险,因此冠心病患者应努力控制体重。通过健康饮食和适量运动,保持理想的体重和身体状况。
- 戒烟限酒:**吸烟和过量饮酒是冠心病

的重要危险因素。患者应积极戒烟,限制酒精摄入,以减轻对心血管系统的损害。

4. **心理调适:**冠心病患者常常面临心理压力,如焦虑、抑郁等。长期的精神压力会对心脏产生负面影响。冠心病患者应学会调整心态,采取积极的生活方式,如进行呼吸练习等以减轻压力。家属应关注患者的心理状态,给予关爱和支持。同时,患者可以通过心理咨询、瑜伽、冥想等方式进行心理调适,保持积极乐观的心态。

## 四、病情监测与护理

- 定期检查:**冠心病患者应定期进行心电图、心脏彩超等检查,以了解心脏功能和病情变化。家属应督促患者按时完成检查,并妥善保管检查结果,以便医生更好地评估病情。高血压是冠心病的重要危险因素。冠心病患者应定期监测血压,并根据医生的建议调整生活方式和药物治疗,以控制血压在正常范围内。
- 症状观察:**患者和家属应密切观察冠心病的症状变化,如胸痛、胸闷、心悸等。一旦出现异常症状,应及时就医,以免延误治疗时机。

3. **急救准备:**冠心病患者家中应备有急救药品和急救设备,如硝酸甘油、阿司匹林、氧气瓶等。家属应了解急救药品的使用方法,以便在紧急情况下迅速采取措施。

## 五、教育与支持

- 知识普及:**患者和家属应了解冠心病的基本知识、治疗方法和护理要点。通过参加健康讲座、阅读相关书籍等方式,提高自我保健意识,增强防治冠心病的能力。
- 社会支持:**冠心病患者可能面临社会适应问题,如工作、生活等方面的困扰。家属和社会应给予患者足够的关爱和支持,帮助患者重新融入社会,树立战胜疾病的信心。

总之,冠心病护理是一项长期而艰巨的任务。患者和家属需共同努力,掌握生活的主动权,通过药物治疗、生活方式调整、病情监测、教育与支持等多方面的护理措施,共同抗击冠心病。在这个过程中,不仅要关注患者的身体健康,还要关注患者的心理健康,帮助患者树立信心,积极面对生活。只有这样,才能真正做到“掌握生活的主动权”,让冠心病患者过上更加健康、快乐的生活。

(作者单位:广西玉林市第一人民医院)

# 宝宝呛奶的危害、处理方法与预防措施

□ 练丽珠

在为新生儿喂奶的过程中,可能会碰到宝宝正在喂奶,却突然出现咳嗽,甚至出现脸部发紫、呼吸困难等症状,这些都是新生儿呛奶的迹象。新生儿呛奶是一个普遍的问题,但对许多家长而言,这无疑是一个巨大的挑战。当呛奶发生时,家长必须迅速采取急救措施。但由于许多家长经验不足或急救方法不当,这会使宝宝面临更大的风险,甚至可能威胁到他们的生命。那如果发生呛奶的情况,我们应该如何应对?

## 一、宝宝呛奶的危害

### (一)呛奶严重

宝宝在喂奶的时候,若是突然大量吸入,则存在一定程度的风险,特别是对早产儿和低下体体重儿,若突然大量呛奶,有可能诱发严重的吸入性肺炎,甚至有可能威胁到宝宝的生命安全。

### (二)呛奶量较少

宝宝在喂奶的时候,少量、长期以及多次的吸入行为,会使气道黏膜遭到损害,而频繁的吸入又可能触发细菌的侵入或者进一步的细菌感染症状。在这种情况下,宝宝会出现体温上升、持续的咳嗽现象和痰液的情况。

### (三)反复呛奶

宝宝呛奶后会表现出对食物的排斥,长期以往会导致宝宝出现营养不良。部分家长,

在宝宝呛奶的量偏少时,会对此事视若无睹,但这样是不对的,不管呛奶量的多少,都应当给予足够的关注,且需要预防宝宝多次呛奶的情况。反复呛奶会给宝宝的身心健康带来多次威胁。

## 二、呛奶如何处理

### (一)体位引流

宝宝呛奶的程度会比较轻微(宝宝可能会出现咳嗽症状,但是面色并没有青紫现象),家长可以给予宝宝侧身,然后以手掌的空掌心轻轻拍宝宝背部。当宝宝呈现严重呛奶的迹象,比如面色发紫,建议让宝宝俯卧在成年人的手臂或大腿上,一只手固定宝宝下颌部,另一只用手手掌根部部位,抬起30cm左右叩击宝宝肩胛骨中间位置5次,这样做有助于气管内奶液的排出。

### (二)刺激哭叫咳嗽

当宝宝呛奶量不多的时候,可以用手拍宝宝的背部和脚底,这可以让宝宝感受到疼痛,并产生强烈的哭泣或咳嗽声音,这实际上有助于帮助排除气道内的奶液,进而有助于减轻呼吸困难,保持呼吸道通畅。

### (三)使用海姆立克急救法

对于严重呛奶事件,建议采用海姆立克急救法。海姆立克的急救手段被人们称为腹部冲击技巧。如果患者遭遇外来

物体窒息的风险,其周围的人们通常会首先从背部紧密地将该患者抱持,接着再牢牢抓住其肋骨边缘与肚脐之间的接触区域。为了利用腹部和膈肌软组织突如其来的冲击,产生向上的压迫,进而使两侧的肺部下段受到挤压,并进一步推动肺内残存的气体生成气流,最后将阻塞气管和喉咙处的异物通过冲击排除出去。

## 三、如何预防宝宝呛奶?

### (一)喂奶注意事项

哭泣或开心大笑的时候,应避免喂给他们母乳,在给宝宝投食之前,不能让宝宝过于饥饿,过于饥饿会导致宝宝进食着急,进而引起呛咳反应。此外,宝宝吃饱之后,不应强制喂食,否则强制性喂奶有可能引发呕吐。当选择母乳喂养宝宝的时候,建议以母亲斜躺的姿态(上半身的角度应设置在30-45度)来躺卧,尽量不要让宝宝与母亲同卧在床上进行喂奶操作。在决定进行母乳喂养前,所有的母亲都应仔细观察乳房的乳量增加情况及其乳汁的分泌情况。在观察到奶的量超出限制时,可以轻柔地用拇指和中指按压乳晕四周来限制奶液的流出,以防止因液体过于强烈可能导致宝宝窒息奶液的情况发生;当我们进行人工喂养时,奶嘴的孔径不应该过大,但在将奶

倒置时,必须确保奶水是滴着流出的形状而非线状流出;无论采取手工喂养模式还是母乳喂养方法,均建议每次喂奶的持续时间应维持在大约20至30分钟的范围之内。

### (二)喂奶后注意事项

在为宝宝完成喂奶后,用空心掌轻轻予宝宝拍背,可以帮助宝宝排除胃内的气体,紧接着,将宝宝放置在床上,保证宝宝取头部高而脚部相对较低的体位。要想找到最理想的方法,就让宝宝完全躺在斜坡上(婴儿床斜放一些),需要注意的是,在宝宝平躺的时候,需要确保上身垫得较高,而不是仅仅抬高其头部。为了安全考虑,在喂奶宝宝后的30分钟内应确留在宝宝的身边,便于及时查看宝宝喂奶后情况。

### 结语

如果在宝宝被呛奶后哭声变得微弱,呼吸困难,且胸部呈现明显的凹陷,或者面色显得苍白,那么就应当迅速把宝宝送到医院。如果一个宝宝的哭泣声格外清脆,并且显得异常红润,这通常表示目前没有明显的不适。但家长仍然需要对呛奶的后的宝宝认真细致观察宝宝精神反应、面色、呼吸等情况,在观察期间宝宝出现任何异常反应,都建议及时送往医院。

(作者单位:广州市妇女儿童医疗中心柳州医院)