

## 上／下肢骨折 Upper and lower limbs Fractures

### 一、什么是上／下肢骨折：

指因強力或骨質疏鬆造成四肢骨頭移位或未移位的斷裂

### 二、發生的原因：

- (一)因外力擠壓或車禍撞擊而引起的骨折
- (二)本身骨質疏鬆，體弱，容易跌倒而引起的骨折

### 三、通常有什麼症狀：

疼痛、腫脹、瘀斑、功能喪失、畸形、肌肉痙攣、感覺受損、休克

### 四、如何治療：

- (一)骨折的肢體應先冰敷消腫
- (二)開放性骨折傷口可用清潔敷料(紗布)覆蓋，勿企圖將突出於皮膚的骨頭推回去
- (三)原則上單純的骨折使用石膏固定即可，不適合用石膏固定的骨折，則以手術治療
- (四)若骨折處接受固定手術後注意事項：
  - 1.手術後傷口需保持乾燥清潔，定時傷口換藥
  - 2.上肢骨折病人，教導手臂吊帶正確使用方法，患肢暫不可拿重物，儘可能抬高；沒有包覆石膏的關節可活動
  - 3.下肢骨折病人，教導正確使用拐杖或助行器方法，患肢不可負重，並教導足踝屈曲運動，每天四次，每次 10-20 分鐘
- (五)若接受骨外鋼釘固定照護注意事項：
  - 1.每天需消毒外固定器，將針眼皮膚稱開後下壓，以 75% 酒精棉枝由內向外螺旋擦拭，包括外固定器支架
  - 2.消毒後以紗布環形繞針眼包紮
  - 3.檢查針眼有無異常分泌物，及固定器上的螺絲有無鬆動
- (六)固定的方式、時間長短、活動量及負重之早晚，會因骨折種類、程度的不同而有所不同，可向您的主治醫師詢問，並敬請密切遵守及合作

## 五、居家照顧應注意之事項：

### (一)傷口照護：

- 1.已拆線：3 天內勿碰水，之後傷口碰到水需立即擦乾
- 2.未拆線：自行換藥，傷口應保持乾燥，不要碰水，一般來說約 14 天，即可回門診拆線。

### (二)抬高患肢以減輕腫脹和疼痛

### (三)仍需繼續各項關節及肌肉復健運動

### (四)患側肢體避免承受重量，需使用拐杖或助行器約 2~4 星期，且需經醫師許可下患肢才能承受重量，和停用輔助器

### (五)多攝取含高蛋白及維生素 C 及含鈣的飲食例如：肉類、奶製品、魚、深色蔬菜等。

### (六)出院後依約返回門診追蹤 X-光片，查看骨折處癒合的情形

### (七)患部如果感到紅、腫、熱、痛、麻木及分泌物，需馬上返診治療

## 六、參考資料

林碧珠(2019)·骨骼、肌肉、關節疾病病人的護理·於廖張京隸、蔡秀鸞總校閱，最新實用內外科護理學(六版，18-31 頁)·永大。

蔡家梅(2018)·拐杖使用·於李皎正總校閱，內外科護理技術(八版，401-406 頁)·新文京。

吳蕙菱(2017)·急性外科傷口·於于博芮總校閱，傷口護理學(三版，204-207 頁)·華杏。

No.B0503

臺北市立聯合醫院護理部 111 年 06 月 30 日修訂