

<<手外伤患者健康生活>>

图书基本信息

书名：<<手外伤患者健康生活>>

13位ISBN编号：9787502583255

10位ISBN编号：7502583254

出版时间：2006-4

出版时间：化学工业出版社

作者：陆廷仁

页数：119

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：<http://www.tushu007.com>

<<手外伤患者健康生活>>

内容概要

《手外伤患者健康生活》为“明明白白健康生活系列”之一，介绍了常见手外伤的防治和康复的一些常识，具有中学文化程度的读者就可以大致看懂。

读者如果了解了这些常识基本可以做到：预防或减少手外伤的发生；一旦发生手外伤，可以得到科学的急救处理和转送；手术后的患者，可以得到康复指导，有助于手功能的恢复；对于遗留严重伤残的患者，也可以从中找到补救的措施，使手伤而不残。

《手外伤患者健康生活》对手外伤患者的康复有所帮助。

慢性疾病是现代社会的常见疾病。

几乎每个这样的家庭都长期面临着诸如此类的问题：不得不经常去医院，没完没了的药物治疗以及只能治疗而不能治愈的现实。

慢性疾病耗时、耗钱、耗力，患者常常因此变得沮丧，逐渐与朋友失去联系，并把自己看做家庭的负担，因而失去希望。

慢性疾病患者和他们的家庭都必须学会管理好他们的生活、处理好疲乏和疼痛、尽可能健康的生活，以减少疾病带给他们的影响，增强信心。

这不仅需要药物和医学治疗，也需要运动疗法、心理治疗和社会交往。

“明明白白健康生活系列”为慢性疾病患者提供了全面、实用的生物—社会心理的治疗方法。

这些正是慢性疾病患者和他们家庭所需要的知识和信息。

这套书用简单明了、日常化的语言以及相关的例子阐明了如何使生活更有意义。

<<手外伤患者健康生活>>

书籍目录

- 手的基本知识1. 手的各部位怎么称呼？
- 2. 手有哪些功能？
- 3. 什么是手的休息位姿势？
- 4. 什么是手的功能位姿势？
- 5. 手部各关节的正常活动范围是多少？
- 6. 手背与手掌的皮肤有什么不同？
- 7. 手有多少肌肉和肌腱？
- 8. 手有多少骨关节？
- 9. 什么叫关节？
- 10. 手的营养依靠什么来维持？
- 11. 支配手的神经有哪些？
- 手部一般外伤处理知识1. 皮肤擦伤怎样处理？
- 2. 上肢出血怎样急救处理？
- 3. 切割伤怎样处理？
- 4. 一般动物咬伤怎样处理？
- 5. 手被毒蛇咬伤怎么办？
- 6. 手被截断后如何急救？
- 7. 怎样的断手能够接活成功？
- 8. 怎样处理烧伤与烫伤？
- 9. 触电后怎样急救？
- 10. 骨折急救原则是什么？
- 11. 上肢骨折如何急救固定？
- 12. 有哪些常见的手外伤？
- 手部康复基本知识1. 手康复治疗有哪些方法？
- 2. 有哪些常用的物理治疗方法？
- 3. 手部感染处理原则是什么？
- 4. 有哪些常见的手部感染？
- 5. 手肿胀怎样处理？
- 6. 手外伤疼痛怎样处理？
- 7. 手关节僵硬怎样康复？
- 8. 手部增生性瘢痕怎样治疗？
- 9. 手部感觉过敏怎样康复？
- 10. 手部感觉丧失, 怎样自我保护？
- 11. 指间关节韧带损伤及脱位怎样康复治疗？
- 12. 锤状指畸形怎样康复治疗？
- 13. 手屈肌腱缝接手术后怎样康复？
- 14. 指甲拔掉后, 会长出新指甲吗？
- 15. 网球肘如何进行康复？
- 16. 什么是“书写手”？
- 17. 桡骨茎突狭窄性腱鞘炎怎样康复？
- 18. 屈指肌腱腱鞘炎怎样康复治疗？
- 19. 腱鞘囊肿怎样治疗？
- 20. 腕管综合征如何康复治疗？
- 21. 类风湿性关节炎如何康复治疗？
- 22. 手部骨性关节炎与类风湿性关节炎如何区别？

<<手外伤患者健康生活>>

23. 外伤后如何判断手部有无骨折？
 24. 手部骨折处理原则是什么？
 25. 什么是病理性骨折？
 26. 为什么有的人骨折愈合得快，有的人愈合得慢？
 27. 如何判断骨折是否长好？
 28. 为什么手腕舟状骨骨折容易发生骨坏死？
 29. 为什么腕舟状骨骨折容易漏诊？
怎样防止漏诊？
 30. 指骨骨折怎样治疗？
 31. 掌骨骨折怎样治疗？
 32. 科雷斯骨折怎样治疗？
 33. 骨头“接歪”了，要不要“开刀”重接？
 34. 手夹板在手康复治疗中有什么作用？
- 手部伤残等级评定知识及作业治疗
1. 手部伤残等级如何评定？
 2. 作业疗法在手外伤康复中有什么作用？

<<手外伤患者健康生活>>

章节摘录

6. 手外伤疼痛怎样处理？

在手外伤中，疼痛可分为三种：第一种是原发性或急性疼痛；第二种是 残留疼痛；第三种是慢性疼痛。

原发性或急性疼痛是所有手外伤者都能感受到的，这是一种正常反应。必要时可用止痛剂治疗。

残留疼痛是损伤或手术后3~4周，患者仍感觉到的疼痛。

其原因大多 由于伤肢固定时间较长，缺少正常的运动，以及持续性肿胀所造成的。

只要 采取积极措施，一般能迅速见效。

如伤肢的主动活动，或采用经皮神经电刺 激方法，也可以采用冰疗法。

慢性疼痛是损伤后疼痛长时间持续存在，是一种难以治疗的继发性疼 痛，然而，慢性疼痛很少见。

7. 手关节僵硬怎样康复？ 一个伸直僵硬的手是没有实用功能的，为了恢复功能，首先是改善

手的 握持、夹捏、对指等能力，其次是恢复手的充分伸展功能。

患者可根据自己 的伤情、年龄、职业、休闲活动、业余兴趣爱好等需要，来选择康复治疗的重点。

前臂旋转：这对于增加手的活动范围很重要。

首先要恢复前臂的旋前 活动（即肘关节屈曲位时，掌心朝下转动，吃饭、饮水需要该动作）；其次是 恢复前臂的旋后活动（即肘关节屈曲位时，掌心朝上转动，开门需要该动作）。

腕关节：在日常大部分时间里，手发挥最佳功能是腕关节处于轻度背 伸位，在此姿势下，手的握力最大。

当就餐时，需要腕关节屈曲位，食物才 能进入口中。

恢复腕关节的尺偏活动应优先于桡偏活动。

如手握持刀具、钻头时，为 了使工具与前臂处于同一个水平面，需要腕关节尺偏。

切菜或敲榔头等动作 需要腕关节尺偏活动。

手指关节：手的掌指关节屈曲及指间关节伸展重要性大于掌指关节伸 展及指间关节屈曲。

拇指关节：拇指和眼睛的配合协调可以保证精确抓握物体，以及捡拾 细小的物体。

拇指的功能约占手的全部功能的50%，因此，重点要恢复拇指 的功能。

<<手外伤患者健康生活>>

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:<http://www.tushu007.com>