

一般骨折應注意事項

骨折是骨頭承受過重的壓力，造成骨的連續性受到破壞，產生斷裂情形。

1. 受傷或手術後一周內應維持患肢抬高，以利血循，避免腫脹。若有血循不良或阻塞性患者，其患肢應平放於床面上。
2. 鼓勵多喝水、多吃蛋白質、鈣質食物如魚、肉、蛋、豆腐、小魚乾等促進口癒合。
3. 禁菸酒，以免影響血液循環及傷口癒合。
4. 未拆線時，請以擦拭方式清潔身體。
5. 返家後仍應持續使用輔助器(拐杖或助行器)，慢慢增加活動量。
- 6 浴室應鋪防滑墊。
7. 受傷的腳何時可以踩地(負重)，您可以請教醫師，一旦醫師囑咐可以負重，請遵循醫囑，可以使骨頭復原，但勿超過負荷，以免發生意外。
8. 如有跌倒、開刀的腳變形、縮短、或懷疑再骨折、開刀位置嚴重疼痛、開刀傷口紅、腫、熱、痛、有多是異常或膿性分泌物時須返醫院檢查。

參考資料:

袁素娟(2009). 骨折. 於馮容芬、李惠芬、吳麗彬、周繡玲、袁素娟、胡月娟、李嘉蕙等和著，成人內外科護理(四版，536-549 頁)。

許承恩(2014). 談石膏固定的照顧與潛在風險. 中榮醫訊, 193(4), 15-17。

<http://www.vghtc.gov.tw/GipOpenWeb/wSite/public/file/portal/periodical/med193/15-17.pdf>



礦工醫院關心您

製作單位:護理部

修訂日期:110/5/11