

“十一”外出游玩 专家教您如何应对意外摔伤

秋高气爽,很多人都会外出游玩放松心情,可是,意外摔伤的情况也时常发生,往往会导致骨折、关节脱位和急性软组织损伤等。那么,若出现上述意外时,我们应该如何在第一时间进行紧急处理呢?对此,沈阳市骨科医院急诊科主任王伟分别对三种情况进行了详细的介绍。



专家介绍 王伟,沈阳市骨科医院急诊科主任,主任医师,1995年毕业于辽宁中医药大学,硕士研究生学历,辽宁省细胞生物学会创伤骨科分会副主任委员,世界中医药学会联合会骨伤科专业委员会常务理事,擅长急性骨与关节创伤治疗及慢性骨关节疾病的中西医结合诊疗。

骨折: 在未明确患者伤情时,切忌让患者进食和饮水

外伤后身体局部出现剧烈疼痛,特别是移动时疼痛加剧伴有明显的压痛,甚至失去活动能力,或者出现可以感觉到的骨摩擦感或者骨擦音那就可以更加明确的诊断为骨折。此时,1、切忌在未明确患者具体伤情的情况下让患者吃东西及饮水。2、开放性骨折多有创口出血,用绷带加压包扎后可有效止血,再有大血管出血时可使用止血带止血,同时记录好开始捆绑的时间。3、可将骨折的上肢绑在胸前,下肢绑在健侧肢体一起固定。有效的固定可以减少骨折端对周围神经、血管及重要脏器的进一步损伤,然后等待专业救援。

关节脱位: 不能自行复位,往往存在合并骨折的情况

关节脱位表现为关节部位剧烈疼痛,关节部位畸形明显,活动明显受限。通常是肩关节脱位、肘关节脱位、足趾及手指的指间关节脱位等。一旦怀疑关节脱位不建议患者自行复位,往往关节脱位会合并骨折。建议尽快到医院行X光检查,排

除骨折后,由专业的外科医生进行复位。如果头、胸及腹部同样摔伤,应高度重视,尽快到医院行相关检查,已排除更严重的不良后果的发生。

急性软组织损伤: 立即休息+冰敷+包扎+抬高患部

急性软组织损伤的治疗,通常应遵循RICE原则:1、R(REST)是受伤后立即停止运动,防止重复损伤和加重损伤。2、I(ICE)是马上冰敷,可用塑料袋装冰块并加少许水直接置于患处,一次冰敷时间约15-20分钟,通常冰到患处有麻木感就可停止,休息1-2小时再冰敷一次。可使血管收缩,减慢局部血液循环,降低患处疼痛感觉。值得注意的是儿童冰敷时,应以毛巾包住冰袋后置于患部,5分钟左右观察一下,一次冰敷15-20分钟左右,以免冻伤。3、C(COMPRESSON)是加压包扎,冰敷过后患处要及时加压包扎,控制伤部运动,避免重复受伤动作,减少出血和渗出。4、E(ELEVATION)是抬高患部,也是要到达减少出血和渗出的目的。注意:受伤后活动患部、热敷、不采取加压包扎和抬高患部都是错误的认识,常会是损伤加重或影响后期的治疗速度和效果。

2020.9.30 星期三 责任编辑 武晓鸣 首席编辑 李霖 编 贾舒轶 联系我们 热线电话: 22699265 微信号: 辽沈V健康 来信请寄: 和平区青年大街356号 辽沈晚报健康专刊 邮编:110003

分类广告

托老养护 厂房出租 信用贷款 房屋抵押贷款 求购转让 寻人启事 便民信息

沈阳新阳石化机械厂营业执照正副本 沈阳新乐航天水泵厂营业执照正副本 沈阳新乐乐器材配件厂营业执照正副本

沈阳新乐乐器材配件厂营业执照正副本 沈阳新乐乐器材配件厂营业执照正副本 沈阳新乐乐器材配件厂营业执照正副本

沈阳新乐乐器材配件厂营业执照正副本 沈阳新乐乐器材配件厂营业执照正副本 沈阳新乐乐器材配件厂营业执照正副本

沈阳新乐乐器材配件厂营业执照正副本 沈阳新乐乐器材配件厂营业执照正副本 沈阳新乐乐器材配件厂营业执照正副本

沈阳未来农业发展有限公司 沈阳宏瑞企业管理咨询有限公司 沈阳鼎峰瑞置房地产开发有限公司

沈阳鼎峰瑞置房地产开发有限公司 沈阳鼎峰瑞置房地产开发有限公司 沈阳鼎峰瑞置房地产开发有限公司

沈阳鼎峰瑞置房地产开发有限公司 沈阳鼎峰瑞置房地产开发有限公司 沈阳鼎峰瑞置房地产开发有限公司

沈阳鼎峰瑞置房地产开发有限公司 沈阳鼎峰瑞置房地产开发有限公司 沈阳鼎峰瑞置房地产开发有限公司

沈阳鼎峰瑞置房地产开发有限公司 沈阳鼎峰瑞置房地产开发有限公司 沈阳鼎峰瑞置房地产开发有限公司