

# 明天开展手腕部创伤义诊

89医院手外二科祝您一“腕”之力

人体手腕在运动时,关节活动相当复杂、精细,因此也容易受伤。如果不及时合理治疗,会给工作生活带来极大不便,甚至留下终生后遗症。近年来,89医院手外二科在治疗手外伤及腕

关节疾病方面积累丰富经验,为帮助广大患者治疗康复,于2013年1月1日8:00-17:00在89医院北海分院门诊一楼举办手腕部创伤疾病咨询义诊活动。

据介绍,该科拥有潍坊地区

首套进口腕关节镜专用系统,采用手外科创伤微创治疗技术,开展慢性腕关节疼痛、腕三角软骨盘损伤、桡骨远端骨折、腕舟状骨骨折、腕关节类风湿及创伤性关节炎的内窥镜下治疗。具有不

开刀就能治愈手腕部顽疾的优点。活动当天将免挂号费,免DR摄片诊查费,前十位预约手术病人优惠诊疗。所有前来咨询的患者赠送精美小礼品一份。

为方便外地患者,医院公布

两部咨询电话8439441、13678667607。89医院北海分院在北海路与福寿街交叉路口往北200米,市内可乘坐15路、23路、27路、30路、56路、72路、78路公交车到达。

本报通讯员 苗广锋

受降雪影响,潍坊路面湿滑。记者从各大医院骨科了解到,降雪过后,骨折患者明显增多,而在摔伤的患者中,近三成都是手腕骨折。这是因为雪后路滑,行人摔跤后手腕下意识率先触地,这样很容易造成腕骨骨折。如何保护手腕不受伤,骨折后有哪些注意事项?骨科专家为市民一一解答。



## 雪天路滑,骨折患者增多

三成患者为腕骨骨折,其危害不容忽视

本报记者 马媛媛

### ◎ 现象:冬季老年骨折多发

解放军第89医院手外二科主任赵志钢介绍,每到冬季,出现外伤的几率都要大于以往,主要是因为寒冷的天气影响到人们活动的灵活性,导致骨关节损伤和软组织挫伤陡增。其中,中老年患者更是首当其冲。损伤的部位上肢以肩、肘、腕关节损伤为主,

特别是中老年人以腕部骨折最多;下肢以髋、膝、踝关节骨折和韧带损伤多发。

赵志钢主任介绍,之所以这些部位容易出现损伤,原因是人在滑倒的瞬间,下意识地采取手掌撑地或踝关节翻转的姿势保护自己,结果反而造成损伤。

其中,最常见的是桡骨远端骨折和腕舟状骨骨折。赵志钢主任介绍,桡骨远端骨折多发于中老年人,女性多见。多由于间接外力引起,摔倒时,肘部伸直,前臂旋前,腕部背伸,手掌着地,应力作用于桡骨远端而发生骨折。

### ◎ 危害:骨质疏松是最常见的并发症

记者采访发现,多数患者及家属对桡骨远端骨折认识不足,而桡骨远端骨折的危害和带来的并发症又不能忽视。

解放军第89医院手外二科赵志钢主任在接受记者采访时表示,桡骨远端骨折的常见并发症有骨折畸形愈合、下尺桡关节脱位、腕管综合征、严重创伤性腕关节炎、前臂筋膜室综合征、关节僵

硬、骨质疏松、压迫性溃疡、活动受限等。

赵志钢主任介绍,未准确复位和未可靠固定是造成骨折畸形愈合的主要原因。老年骨质疏松,桡骨远端骨折复位后再移位发生率高,特别是粉碎性骨折,固定过程中更易发生再移位而畸形愈合,明显的畸形将严重影响腕关节功

能。赵志钢主任提醒市民,雪后摔倒要及时到医院检查,以免留下后遗症。同时,寒冬腊月也是关节炎、风湿等骨科疾病的高发期,市民外出时一定要注意保暖,更要注意饮食。晨练时,一定注意不要做过多的剧烈运动,以防腕关节受伤。

### ◎ 护理:骨折后需要充足的营养供应

骨折怎么护理恢复的快?对于这种疾病一定要及早治疗,当然生活中的饮食也是不能缺少的,解放军第89医院手外二科赵志钢主任向市民介绍骨折患者在护理方面的注意事项。

据介绍,骨折的病人由于疼痛,卧床不活动,消化功能不好,可引起身体

代谢的变化,最明显的是蛋白质的负平衡(即蛋白质的消耗大于饮食中蛋白质的摄入)。外伤所致的失血也是体内营养的损失。

赵志钢主任介绍,骨折的愈合、软组织的修复,都需要充足的营养物质供应,如果饮食调节不好,营养跟不上,不仅影

响病人对骨折、软组织损伤的耐受力,而且还会影响骨骼和伤口的愈合及病体的康复。骨折病人需要吃些易消化、富有营养、清淡的食物,宜采用高热量、高蛋白、高维生素饮食,要多食用些动物的肝、肺、排骨汤、鸡、蛋、鱼肉及豆制品、牛奶,并且多吃些蔬菜、水果等。

## 手外伤后如何急救

解放军第89医院手外二科赵志钢主任介绍,出现手外伤的情况必须及时予以处理,一般情况下,开放性损伤应争取在伤后6-8小时内关闭伤口,这样,才能在很大程度上减少术后感染的发生。在闭合性损伤时,也应及时就医,让医生对伤情给出全面、准确的判断,不致耽误了早期治疗。如果患者感觉肢体肿胀明显,出现了手部苍白或青紫、手指发麻、桡动脉搏动消失等情况,更要赶紧就医,及时处理。

#### 急救方式:

- 1.在出现开放性手部外伤时,应及时就近送到医院进行治疗,并常规注射破伤风抗毒素。
- 2.在送医的过程中,如果出现较严重的出血,可行局部按压,或者在上臂用皮带或皮筋进行环扎止血,但如果采用这一方法止血,一定要注意在每环扎1小时左右时,要松开皮带或皮筋10-15分钟,否则会导致整个肢体的坏死。
- 3.如果损伤导致肢体的骨折,

最好在搬运之前进行简单的固定,可就近取材,用木板、肢体离断伤的残肢储存示意图铁棍或较硬的书刊、杂志均可,这样,可以避免在搬运的过程中骨折断端二次损伤周围的神经、血管、肌腱等软组织。

4.如果出现了肢体或指头的离断伤,最好将断肢或断指用塑料袋包好,置于低温保温桶中保存,并与病人一起送到医院,切忌冷冻保存残肢或将残肢直接置于冰水中。

### 一高校师生 献血捐物奉献爱心

本报12月30日讯(记者 马媛媛)近日,一场主题为“情系山区,爱在山科”的公益活动在山东科技职业学院校园内展开,广大在校师生通过无偿献血、为山区同胞捐献冬衣等方式传递爱心。据统计,该校师生累计献血量近7万毫升,同时收到所捐衣物达到2000余件。

从本月上旬开始,在“情系山区,爱在山科”的响亮口号中,本次公益活动正式拉开序幕。山东科技职业学院各院系学生会主席带领同学捐赠了棉衣、背包、棉鞋、围巾等众多物品,很多同学、老师专程前往募捐点捐款奉献爱心。在活动现场不少同学还慷慨解囊,将生活费投进了募捐箱。

记者发现,停靠在山科校园内的流动献血车,更成为广大师生的爱心汇聚点,无偿献血无尚光荣,在那一刻,捋袖献血为最需要的人,成为大家共同的愿望。

据山东科技职业学院团委学生处负责人介绍,本次公益活动是该院师生举办的“美丽中国,魅力校园”系列主题活动的一个重要组成部分。用真情为生命加油,用爱心去传递生命,本次活动得到全校师生的支持和响应,汇集每个人的绵薄之力,寒冷的冬天用热血真情将他们的爱心和温暖传递给需要的人。

记者了解到,本月上旬至今,学校共收到所捐衣物达到2000余件。期间,有232人无偿献血,累计献血量近7万毫升。

### 药监局: 暂停销售4种 违法广告保健类食品

本报12月30日讯(记者 马媛媛)30日,记者从市药监局了解到,为严厉整治保健食品违法广告,规范保健食品广告发布秩序,国家食品药品监督管理局决定对五日牌减肥茶等4个严重违法广告保健食品采取暂停销售、限期整改的措施。

近日,国家食品药品监督管理局在监督检查中发现,标识为五日牌减肥茶(原名:五日减肥茶),东方之子牌双歧胶囊、御生堂牌丹参红花茶、正点牌减肥片等4个保健食品在媒体上长期大量刊播严重违法广告,经多次告诫、查处仍继续发布,严重扰乱了保健食品广告发布秩序,在社会上造成恶劣的负面影响。为严厉整治保健食品违法广告,规范保健食品广告发布秩序,国家食品药品监督管理局决定对上述4个严重违法广告保健食品采取暂停销售、限期整改的措施。

潍坊市药监局将加大对上述产品广告的监测,同时,将加大对行政区域内经营企业的监督检查,必要时对相关产品进行监督抽验。广告审批地的食品药品监督管理部门要依据《保健食品广告审查暂行规定》,收回上述保健食品广告批准文号,同时加大对生产现场的监督检查。发现有违法违规行为的,依法依规严厉查处;涉嫌犯罪的,及时移送公安机关查处。