

骨伤的治疗方法有哪些

▲ 广西柳州市中医医院 杨嘉

骨伤是由于外力作用或自身疾病引起的骨头结构损伤。常见的外力包括跌倒、撞击、扭伤等，可导致骨折；自身疾病包括骨质疏松、肿瘤等，也会使骨骼失去正常的结构和功能，容易发生骨折或骨裂等伤害。此外，骨伤也可能与某些工作或运动中频繁的重复性应力有关，这可以导致慢性应力性骨折或其他损伤。因此，及时治疗骨伤至关重要。

保守治疗

保守治疗是指采用非手术方法进行治疗，适用于轻微的骨折或骨裂等情况。常见的保守治疗方法包括以下几种：

休息 是骨伤保守治疗中非常重要的一环，需要保证受伤部位充分休息和放松，避免运动和压力等可能影响骨骼恢复的行为。此外，患者还应注意保持良好的睡眠习惯，避免长时间站立和久坐，以确保受伤部位得到足够的休息和血液供应。

物理治疗 常见物理治疗手段包括电疗、热敷、冰敷、按摩等。电疗可以加速受伤部位的血液循环，缓解肌肉疼痛、消除水肿等；热敷有助于促进组织代谢，放松肌肉，缓解肌肉疼痛和僵硬；冰敷可以减少受伤部位的肿胀和疼痛；按摩可以促进血液循环，缓解

肌肉疼痛和不适感，并改善关节的灵活度。

手术治疗

内固定 通过手术将金属或其他材料的钉子、螺钉、钢板等设备插入骨骼内部，来重新连接、固定和支撑受损骨骼的方法。内固定主要适用于骨折比较严重、移位明显的患者，例如股骨、胫骨等重要骨骼的骨折。患者麻醉状态下，医生将金属器械插入骨骼内部，将受伤骨骼重新连接、固定起来，并进行缝合和包扎。内固定的优点是手术时间短，恢复期较快，但是还需注意内固定材料的选择、预防感染等问题。

外固定 通过使用石膏、绷带和固器等设备，将受伤部位进行包扎和固定，以帮助骨头恢复原有形态的方法。适用于复杂的骨折、软组织损伤或多处骨折等，如手臂、腿部等肢体的受伤。麻醉状态下，医生将石膏或支架等设备固定在患者受伤部位上，从而达到稳定的效果。外固定的优点是治疗过程中能够单独调节不同部位的固定压力，并且可以随时查看受伤部位的恢复情况。缺点是治疗时间较长，有可能出现皮肤溃疡等感染问题。

骨折复位术 通过手术手段重新将移位、错位或多断的骨头按照正常位置进行排

列和连接的方法。适用于骨折较为严重的患者。骨折复位术可以帮助骨头恢复稳定，避免出现肌肉和神经损伤等后遗症。麻醉状态下，医生通过手术手段将患者移位、错位或多断的骨头按照正常位置进行排列和连接，并进行固定和缝合。骨折复位术的优点是能够帮助骨头恢复稳定，避免出现肌肉和神经损伤等后遗症，但是手术风险较大，需要严格掌握手术时机，并在术后进行有效的康复措施。

康复治疗

康复治疗是一种综合性的治疗手段，旨在通过多种方法来帮助患者尽快恢复功能。通常包括以下几个方面：

关节活动度训练 针对骨折、脊柱损伤等常见骨伤问题，康复训练应从关节活动开始，逐渐增加活动强度和范围，达到促进软组织修复，防止肌肉萎缩及关节僵硬等目的。

牵引 牵引可以拉伸受伤部位的韧带和软组织，使它们处于更加放松的状态，促进组织修复，同时也可以消除疼痛和肿胀等不适感。

体育锻炼 是康复治疗中非常重要的一环，能够提高患者的身体机能和免疫力，促进患者的康复。根据患者的具体情况，医生

会设计适合患者的锻炼方式，如走路、跑步、游泳、瑜伽等。

日常生活功能训练 通过训练患者吃饭、洗漱、穿衣、上下楼梯等常见动作，提高患者自理能力和生活品质。

辅助治疗

止痛药和消炎药是辅助治疗中广泛使用的方法。止痛药可以缓解骨折部位的疼痛，减轻患者的不适感，同时也可以降低紧张情绪和对疼痛的焦虑感。常见止痛药包括阿司匹林、吗啡等。消炎药主要用于改善骨折部位的炎症和肿胀，可以有效控制局部感染，防止感染扩散和并发症的出现。常见消炎药包括青霉素、头孢菌素等。要注意用药剂量和用药时间，以及可能存在的过敏反应和不良反应等问题。

营养及补充元素也是辅助治疗中的一种重要方法。营养的补充可以提高患者的免疫力和康复能力，促进骨折的愈合。特别是钙、维生素D等元素对于维持骨密度和强度非常重要，可以避免骨质疏松症和其他骨关节疾病的发生。补充元素时要根据个人情况和医生建议，注意补充剂量和用药时间。同时还要注意饮食习惯的调整和均衡，保证足够营养摄入。

“B超”和“彩超”的区别

▲ 四川省泸州市合江健欣兴康医院 匡佩霞

临床上称B超为二维超声，它是利用机体不同组织对于超声波的吸收率不同的原理进行成像，通过B超检查能够了解机体的正常解剖结构有无出现异常。B超检查所获得的图像是黑白二维图像。

彩超即是利用声波的多普勒效应，在高清B超的基础上融合了彩色多普勒技术之后的称谓，是利用特殊技术对收集到的多普勒信号处理并经过彩色编码后形成的一种二维超声影像。也就是说，彩超不仅具备二维超声的各种优点，还可获得病变区域血流动力学的相关信息。

如果临床医师想了解患者的心脏、血管的运动状态即可通过多普勒效应来实现。以诊断心脏疾病为例，影像学医师会利用超声振荡器向心脏及心血管发出超声波信号，因为血流的相对运动即会发生多普勒效应，当超声波束碰到运动的血管以及脏器时即将信号向接收器进行反馈，根据反射波和发射频率间的关系即可获得血流速度，依据反射波频率的变化来判断血液流动的方向。

利用B超可检查哪些疾病

①肾脏病变的诊断，比如肾囊肿、结石等；②妇科疾病的诊断，比如子宫肌瘤、子宫畸形或是子宫内膜异位症、盆腔或卵巢内的肿物等，妇科B超检查又可分为经腹部B超检查和经阴道B超检查两种；③乳房病变的诊断，比如乳腺增生、乳腺囊肿等；④肝脏病变的诊断，通过B超检查可检出绝大多数的疾病，比如脂肪肝、酒精肝或是肝囊肿、肝癌；⑤妊娠期检查，在孕早期，需要通过B超来明确胚胎是否正常在宫内着床，还可以观察到胎儿在宫

腔内的生长发育是否正常。

利用彩超可检查哪些疾病

①在对妊娠期女性进行母体疾病诊断以及观察胎儿是否正常时均可应用彩超；尤其在妇产科，对各种急症的诊断准确性要明显比B超高。比如宫外孕、宫内血栓以及卵巢肿瘤扭转或不完整性流产、炎性肿块等；②诊断心脏病变，包括心脏瓣膜病变、先心病、各种心血管病变(如动脉瘤)、冠心病等；③诊断颈部及胸腹部主要血管病变、四肢巨大血管闭塞或是血栓等；④对腹腔内脏器病变的诊断，包括肾脏病变、脾脏病变、肝脏以及胰腺病变、膀胱及输尿管病变等；⑤诊断各类甲状腺疾病，比如甲状腺肿瘤、肿大或是甲状腺炎等；⑥诊断位于体表的各类肿物，比如乳房肿物或颌面部肿物、位于肌肉组织内的肿块等。

两种超声有何区别

彩超和B超的功能比较接近，但具体来讲仍有较大区别。尤其是对于妊娠期女性而言，区别较大。二者均为临床上常用的影像学诊断手段，主要用于对各类脏器病变的筛查和鉴别诊断，比如包块以及肿物。通过彩超检查能够获得比B超更为清晰的超声图像，相比较而言，B超检查所得的图像清晰度则不够理想，因此误诊或漏诊率也更高。二者最大的区别即在于对于血流的检查，通过彩超检查能够观察到感兴趣区域的血液流向，有利于超声医师对疾病进行鉴别和诊断。而且通过血流检查还可以更清晰地观察到病变组织的大小以及内部结构、形态，还可以看到血流方向以及病灶内是否有血管分布。

你了解CT检查吗？

▲ 河南省商水县人民医院 任建业

计算机断层扫描(Computed Tomography, CT)是一种现代医学影像学技术，通过使用X射线和计算机处理技术，可以生成人体内部的详细横断面图像。CT检查已经成为临床诊断和治疗的重要工具，广泛应用于各个医学领域。本文将为您介绍CT检查的原理、应用、注意事项以及对健康的影响。

CT检查的原理

CT检查利用X射线通过人体，通过多个方向的连续扫描，获得大量的切面图像。它通过对不同密度组织的吸收能力进行测量，进而生成图像。CT扫描的设备由X射线发射器、旋转的X射线探测器、计算机和显示器组成。当患者位于扫描床上时，X射线发射器和探测器会围绕患者进行扫描，计算机会根据接收到的数据生成横断面图像。

CT检查的应用

临床诊断 CT检查可用于发现和评估内脏器官(如肺部、肝脏、肾脏、脾脏等)的病变，如肿瘤、感染、囊肿等。它还可以提供关于骨骼结构(如头颅、脊柱、骨盆等)的详细信息，对损伤、骨折等进行诊断。

导航引导 在手术或介入治疗中，CT图像可以用作导航引导，帮助医生准确定位和操作，以提高手术的准确性和安全性。

快速筛查 CT检查可以进行快速筛查，例如肺部CT筛查可用于早期发现肺癌，提高治疗成功率。

放射治疗计划 CT图像可用于制定放射治疗计划，帮助医生确定病变区域，保护周围正常组织，提高放疗的精确性。

CT检查的注意事项

需要提前准备 在进行某些CT检查之前，可能需要进行一些准备工作，例如需要禁食或注射对比剂。患者在接受检查前应按照医生的指示进行准备工作，以确保检查的准确性和安全性。医生会提前告知患者需要做哪些准备，包括是否需要禁食、停止某些药物的使用等。

对比剂使用 CT检查中常常使用对比剂，以增加器官和组织的对比度，帮助医生更清晰地观察。对比剂通常通过口服、静脉注射或直接注入体腔的方式给予。在使用对比剂前，患者应告知医生是否有对对比剂过敏的历史，以避免过敏反应的发生。

辐射暴露 CT检查需要使用X射线，因此患者会暴露于辐射中。尽管CT设备已经优化了辐射剂量，但仍需要注意减少辐射暴露的风险。特别是对于孕妇，应在必要时避免进行CT检查，以免对胎儿产生不良影响。对于其他人群，应尽量减少CT检查的频次，避免不必要的辐射暴露。

儿童和老年人的特殊考虑 对于儿童和老年人，进行CT检查时需要特别注意。儿童更为敏感，辐射对其身体的影响可能更大。因此，在给儿童进行CT检查时，应尽量选择低剂量的扫描方案，并在保证检查准确性的前提下，尽量减少辐射剂量。对于老年人，可能存在其他健康问题，医生需要评估风险和益处，确保CT检查的安全性和有效性。

综上所述，CT检查作为现代医学的窗口，为我们提供了更深入了解人体内部的机会。我们应该正确了解CT检查的原理、应用和注意事项，以充分利用这一技术，为我们的健康保驾护航。