

骨盆及下肢骨折手术患者的营养护理

袁求文,陈巧明

(台州恩泽医疗中心集团路桥医院,浙江 台州 318050)

摘要 **目的:**观察对接受手术治疗的骨盆及下肢骨折患者进行营养护理的效果。**方法:**根据营养评估情况,为 175 例接受骨盆及下肢骨折手术治疗的患者制定营养护理计划,观察患者伤口、骨折愈合情况及患肢功能恢复情况。**结果:**175 例患者切口均一期愈合,骨折均愈合,患肢功能恢复良好。**结论:**营养护理能有效提高骨盆及下肢骨折患者对手术及创伤的耐受力,促进机体修复、骨折愈合及术后肢体功能的恢复。

关键词 骨折 膳食疗法 护理

骨折是一种常见的外科疾病,不仅改变了患者的生活状态和运动功能,还严重影响了患者的情绪和心理状态,创伤或手术会使患者食欲下降,消化功能减弱。尤其是由于脊柱、骨盆、下肢骨折需长期卧床的患者,合理的饮食调护是加速骨折愈合的重要措施之一。2009 年 1 月至 2010 年 12 月,笔者对 175 例骨盆及下肢骨折行手术治疗的患者进行饮食营养护理,效果良好,现报告如下。

1 临床资料

本组 175 例,男 106 例,女 69 例;年龄 18~81 岁,中位数 47 岁;骨盆骨折 17 例,股骨颈骨折 32 例,股骨干骨折 26 例,胫腓骨骨折 44 例,其他骨折 56 例;其中合并糖尿病 6 例,合并贫血 56 例,合并骨质疏松症 18 例。

2 护理方法

患者入院和手术后根据临床检查、生化检查、免疫功能测定等及时进行营养评估,确定患者的饮食营养需要,制定营养护理计划。营养不良者给予静脉营养支持;出血较多及贫血者给予止血、输血。监测患者红细胞、血红蛋白、淋巴细胞总数、血清白蛋白、球蛋白、总蛋白及电解质等。

2.1 分期营养护理

2.1.1 术前及术后 1~2 周 此期饮食配备原则上以清淡饮食为主,选用富有各种营养物质,介于正常饮食和半流食之间的软食,食物选择蔬菜、水果、蛋类、豆制品、牛奶、鱼汤等。食盐量控制在 $6\text{ g} \cdot \text{d}^{-1}$;骨折严重者,脂肪的摄入限制在 $<68\text{ g} \cdot \text{d}^{-1}$,以免患者出现脂肪栓塞。忌食酸辣、燥热及肥腻滋补之品如骨头汤、肥鸡、炖水鱼等。

2.1.2 术后 2~4 周 此期饮食由清淡饮食转为适当的高营养补充,在初期食谱的基础上增加田七煲鸡、动物肝脏之类食物。补充更多的维生素 A、D,钙及蛋白质如豆类、海带、虾皮、芝麻等,同时服用多维钙片。

2.1.3 术后 5 周以上 每日给予高蛋白、高脂肪、高糖、高维生素、高钙、高锌及高铜饮食,总热量 $12\ 600 \times 10^3 \sim 16\ 700 \times 10^3\text{ J}$ 。食谱再配以老母鸡汤、猪骨汤、羊骨汤、鹿筋汤、炖水鱼等。

2.2 合并症的营养护理

2.2.1 合并糖尿病的营养护理 给予高纤维膳食,在糖尿病常规热量分配的比例上稍作调整,给予优质蛋白,并适量增加钙质。

2.2.2 合并贫血的营养护理 因创伤失血引起的轻、中度贫血,急性期予以对症止血治疗,随后补充因出血而丧失的铁。食物种类:①含铁量高的食物,动物性食物如动物肝脏、瘦肉、蛋黄等;植物性食物如海带、黑芝麻、菠菜、黑木耳、黄豆、黑豆、紫菜、大米、玉米、麦芽等;水果类如李子、桃、杏、苹果等。②足量的高蛋白食物如肉类、鱼类、禽蛋等。③富含维生素 C 的新鲜水果和绿色蔬菜,如橘子、山楂、西红柿、苦瓜、青柿子椒、青笋等。上述食物在日常饮食中多样化调配。

2.2.3 合并骨折疏松症的营养护理 富含钙质的食物如牛奶、虾皮、黄豆、芹菜、胡萝卜等;供给充足的蛋白质;增加富含维生素 A、D 的食物摄入量,特别是维生素 D,如动物肝脏、蛋黄等;适当进食滋补品,如枸杞、莲子、山药等。注意不要将含草酸过多的食物如菠菜、苋菜、莴笋、茭白等与含钙高的食物一同食用。

3 结 果

175 例患者切口均一期愈合;骨折均愈合,愈合时间 5~14 周,中位数 9 周;功能恢复良好;住院时间 10~35 d,平均 21 d。

4 体 会

骨折患者的食物既要营养丰富,又要容易消化、吸收,不能造成排便困难。创伤早期全身症状明显,烹调食物时须切碎煮软,必须少含渣滓,便于咀嚼和消化,不宜油煎、油炸;不宜用肉骨头汤进行补钙,而应食用一些能转化为有机质骨胶原的清淡食品^[1],否则易使瘀血积滞,难以消散,致骨痂生长迟缓,影响肢体功能的恢复;而且要慎食对呼吸道和消化道有不良刺激的辛辣品如辣椒、生葱、芥末、胡椒等。创伤中期宜补充更多的维生素 A、D、钙及蛋白质,以利于骨折愈合。后期饮食以高蛋白、高脂、高糖、高维生素、高钙为主。合并糖尿病的骨折患者的饮食原则是既能

促进伤口愈合和骨折修复,又不引起血糖过高。高膳食纤维可延缓胃排空,从而降低餐后血糖,能有效控制 2 型糖尿病,且能防治骨折后长期卧床所致的便秘,因此合并糖尿病的患者应食用高纤维膳食。蛋白质是组成骨基质的原料,可增加骨骼的韧性,对于合并骨质疏松症的骨折患者来说,饮食中的蛋白质非常重要。

创伤骨折多为突发事件,创伤及手术对患者机体是一种打击。手术及骨折愈合过程都需要良好的营养支持,饮食营养护理对增强患者的抗感染能力以及对促进骨折的愈合有着非常重要的作用,能有效提高患者对手术及创伤的耐受力,促进机体修复、骨折愈合及术后肢体的功能恢复。

5 参 考 文 献

[1] 张志华. 骨折病人饮食指导方法及探讨[J]. 内蒙古中医药, 2009, 28(4): 77-78.

(2011-07-06 收稿 2011-12-08 修回)

· 简 讯 ·

《中医正骨》2012 年征订启事

《中医正骨》杂志是由国家中医药管理局主管、河南省正骨研究院与中华中医药学会联合主办的中医骨伤科学术性期刊,也是全国中医药优秀期刊,由我国中医药界首位“白求恩奖章”获得者、首批国家级非物质文化遗产项目——中医正骨疗法的代表性传承人之一、洛阳平乐正骨第六代传人郭维淮主任医师担任主编,创刊于 1989 年。

《中医正骨》具有中医特色突出、临床实用性强、办刊定位准确、发行量较大、图文并茂等特点,办刊宗旨是:突出中医骨伤特色,反映学术进展,交流新经验,报道新成果,传递新信息,为促进中医骨伤科现代化服务。

《中医正骨》为月刊,大 16 开本,80 页,国内外公开发行,每月 20 日出版,铜版纸印刷,每期定价 RMB 8.00 元,全年定价 RMB 96.00 元。国内读者请继续到当地邮局订阅,邮发代号:36-129;国外读者请与中国国际图书贸易集团有限公司(邮政编码:100048,北京 399 信箱)联系,代号:M 4182。创刊 20 余年的《中医正骨》杂志将继续坚持办刊宗旨,为广大读者、作者提供更加充足、快捷的科技信息。

《中医正骨》编辑部地址:洛阳市启明南路 82 号 邮政编码:471002

联系电话:0379-6355 1943 <http://www.zygzgzz.cn> E-mail:zyzg1989@126.com

欢 迎 订 阅 欢 迎 投 稿

· 作者须知 ·

请作者在写论文时使用参考文献

参考文献不仅增加论文的学术性,而且表明论文的科学依据,也是对他人劳动成果的尊重。另外,凡无参考文献的文章,国家进行论文统计时不予统计。因此,希望作者在撰写论文时,凡在文中引用他人数据或观点时,应使用参考文献。并希望作者使用参考文献时参照我刊稿约,按参考文献的书写要求书写完整,且依论文中引用的先后顺序进行参考文献排序并在论文中作相应标注。参考文献宜选用近 1~2 年内的权威性学术期刊文献。

提交论文著作权转让书的提示

凡经本刊通知采用的稿件,请通讯作者于接到通知后 1 周内,将由全体作者签名并加盖第一作者单位公章的论文著作权转让书邮寄至本刊编辑部,并注明稿件编号及第一作者姓名。

论文著作权转让书请寄:河南省洛阳市启明南路 82 号《中医正骨》编辑部,邮政编码:471002。