第一图书网, tushu007.com

<<人工膝关节置换术后病人社区和居家康 >

图书基本信息

书名：<<人工膝关节置换术后病人社区和居家康复训练指导手册>>

13位ISBN编号：9787560983813

10位ISBN编号：7560983812

出版时间：2012-9

出版时间：华中科技大学出版社

作者：翁立窈 编

页数：105

字数：83000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

内容概要

《人工膝关节置换术后社区和居家康复训练指导手册》由翁立窈主编，是社区和居家康复指导丛书之一。
本书内容以人工膝关节置换手术相关的基本知识为基础，手术后的并发症及造成活动不良的可能因素为导引，最终，帮助读者了解人工膝关节置换手术后执行康复计划的重要性及方法。
采用了大量生活用语，图文并茂，简单易懂。
《人工膝关节置换术后社区和居家康复训练指导手册》适合人工膝关节置换术后病人及家属、社区康复指导员、康复治疗师和临床医生使用。

书籍目录

一、人工膝关节置换术的基本知识
(一)膝关节结构是怎么样的？

(二)什么是人工膝关节置换术？

(三)人工膝关节置换术的目的是什么？

(四)人工膝关节置换术适用的常见疾病是什么？

(五)什么样的病人需要进行人工膝关节置换术？

(六)什么样的病人不适合进行人工膝关节置换术？

(七)人工膝关节置换术的假体类型有哪些？

(八)选择假体类型的依据是什么？

二、术后并发症的预防
(一)怎样预防术后伤口感染的发生？

(二)怎样控制术后的疼痛？

(三)怎样预防术后深静脉血栓的发生？

(四)怎样预防术后骨折及假体松动的发生？

(五)怎样预防膝关节屈曲挛缩的发生？

三、人工膝关节置换术后肿胀的控制
(一)为什么术后会出现膝关节的肿胀？

(二)怎样评估膝关节的肿胀情况？

(三)膝关节肿胀持续多长时间是正常情况？

(四)都有哪些控制肿胀的方法？

四、早期护理、摆放及日常活动的基本知识
(一)术后伤口怎么护理?
(二)怎样指导病人采取正确的仰卧位?
(三)怎样指导病人采取正确的侧卧位?
(四)怎样帮助病人翻身?
(五)怎样指导病人自己翻身?
(六)怎样指导病人从床上转移到轮椅?
(七)怎样指导病人从轮椅转移到床上?

(八)怎样指导病人从轮椅转移到马桶?
(九)病人早期使用马桶如何避免膝关节疼痛?
(十)怎样指导病人从坐位转移到站立位?
(十一)怎样指导病人从站立位转移到坐位?
五、人工膝关节置换术后康复的基本知识
(一)为什么要进行康复训练？

(二)术后多久开始康复锻炼？

(三)什么样的病人适于进行社区及家庭训练？

(四)进行社区及家庭训练应注意哪些问题？

六、人工膝关节置换术后的康复计划
(一)术前的康复目标是什么？

(二)术后第一阶段(1～3天)的康复目标及治疗措施是什么？

(三)术后第二阶段(4天～2周)的康复目标及治疗措施是什么？

(四)术后第三阶段(2～4周)的康复目标及治疗措施是什么？

(五)术后第四阶段(4～6周)的康复目标及治疗措施是什么？

(六)术后第五阶段(6～12周)的康复目标及治疗措施是什么？

(七)术后第六阶段(12周之后)的康复目标及治疗措施是什么？

七、人工膝关节置换术后冰敷和热敷的选择
(一)冰敷的基本生理效应是什么？

(二)热敷的基本生理效应是什么？

(三)什么时候使用冰敷？

(四)什么时候使用热敷？

(五)冰敷的种类有哪些？
如何使用？

(六)热敷的种类有哪些？
如何使用？

八、人工膝关节置换术后关节活动度的训练
(一)为什么人工膝关节置换术后要进行关节活动度的训练？

(二)人工膝关节活动度训练的原则是什么？

(三)怎样进行髌骨活动？

(四)持续被动活动仪的作用是什么？

(五)康复治疗师怎样为病人进行膝关节活动度训练？

(六)病人自己怎样进行膝关节活动度训练？

九、人工膝关节置换术后肌肉力量的训练
(一)为什么人工膝关节置换术后要进行肌力训练？

(二)肌力训练的原则是什么？

(三)人工膝关节置换术后怎样进行肌力训练？

十、人工膝关节置换术后的平衡功能训练
(一)什么是平衡功能？

(二)为什么要进行平衡功能训练？

(三)人工膝关节置换术后怎样进行平衡功能训练？

十一、人工膝关节置换术后移乘活动的基本知识
(一)术后什么时间可以下地站立行走?
(二)术后早期下地行走的原则是什么?
(三)行走时的辅助器具有什么种类?
(四)怎样使用助行器辅助行走?
(五)怎样使用双拐辅助行走?
(六)怎样使用手杖辅助行走?
(七)使用腋下拐杖和手杖时注意什么？

(八)什么时候可以脱离行走辅助器具独立行走?
(九)什么时候可以上下楼梯?
(十)怎样上下楼梯?
(十一)什么时候可以骑功率自行车?
(十二)骑功率自行车的注意事项是什么?
(十三)人工膝关节置换术后病人什么时候可以下蹲?
(十四)下蹲时的注意事项是什么?
十二、人工膝关节置换术后的恢复情况
(一)人工膝关节置换术后病人的恢复情况和什么有关?
(二)人工膝关节置换术后康复训练要持续多长时间?
(三)人工膝关节置换术后在日常生活中如何保健？

十三、人工膝关节置换术后的复查
(一)术后应多长时间到医院进行复查？

(二)出现什么状况需要随时复查？

(三)术后复查的内容是什么？

十四、人工膝关节置换术后假体使用情况的基本知识
(一)膝关节假体的使用寿命是多少年？

(二)决定膝关节假体使用寿命的因素是什么？

(三)人工膝关节置换术后需要翻修的常见原因是什么？

(四)如何延长膝关节假体的使用寿命？

(五)人工膝关节置换术后还可以做核磁共振检查吗？

(六)人工膝关节置换术后能通过飞机安检吗？

参考文献

章节摘录

版权页： 插图： 2.治疗措施 （1）冰敷：15分／次，每2 h一次。
夜间暂停，勿影响休息。
（2）测量健侧和患侧髌骨中点周径、髌上缘以上15cm处大腿围度、髌下缘15 cm处小腿围度，以供日后监测肿胀情况。
（3）休息时，将患侧肢摆放于伸直位，小腿及足跟垫于枕头上，膝关节下空出，抬高患侧肢，以降低水肿程度及预防术后伸膝障碍，但此时不建议加上重物。
（4）麻醉消退后，开始活动足趾及踝关节，做踝关节活动，5min／组，1组／h。
此练习对于患肢预防、消除肿胀及深静脉血栓和促进血液循环具有重要意义。
（5）学习肌肉收缩的感觉，预防肌肉萎缩，可进行股四头肌等长收缩活动、臀大肌等长收缩活动及胭绳肌等长收缩活动。
在不增加疼痛的前提下，这类活动尽可能多做。
（6）根据情况使用持续被动活动仪，调节至最慢速度，逐渐缓慢增加屈曲角度，以无明显疼痛为宜，一个循环至少1min，并在屈曲最大角度处保持5～10s，20～30分／次，1次／日。
（三）带后第二阶段（4天～2周）的康复目标及 治疗措施是什么? 此阶段的主要目标如下：鼓励病人减少卧床时间，增加日常活动能力，并借用辅助器具能短距离行走。
1.本阶段的康复目标 （1）持续上阶段目标。
（2）预防体位性低血压；鼓励坐起。
（3）增加关节活动度达0°～90°。
（4）增进患侧肢的肌力由Ⅱ级逐渐至Ⅲ级。
（5）增加病人转位及活动的能力。
（6）在手术医师的同意下，进行患侧肢部分负重练习。
2.治疗措施 （1）持续上阶段的治疗措施。
（2）开始床上坐位，不可长时间卧床，避免体位性低血压的发生。
（3）针对肌肉容易紧张、无法执行良好的主动膝关节活动的病人，可持续使用持续被动活动仪，逐渐使膝关节活动度达到90°。
（4）关节活动练习：练习床边垂腿活动、坐位抱膝活动、仰卧膝关节伸直活动。
（5）髌骨松动术：各方向5～10次，2～3次／日。
（6）肌力练习：练习小腿抗重伸膝活动、脚跟滑行活动、坐位抗阻伸膝活动、坐位垂腿勾脚活动。
在协助下，使用助行器或扶着稳固的椅子练习站位直抬腿活动、站位侧抬腿活动及站位后抬腿活动。
强度及数量应以不增加疼痛为原则，根据病情逐步增加练习项目及次数。
每个动作维持6～10 s，15～20个／组，2～3组／天。
（7）负重训练：在骨科医生的同意下，执行部分负重训练；在保护下使用助行器；借助上肢的力量，在微痛范围内部分负重站立。
1～2次／日，5分／次。

编辑推荐

《人工膝关节置换术后病人社区和居家康复训练指导手册》适合人工膝关节置换术后病人及家属、社区康复指导员、康复治疗师和临床医生使用。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com