

鎖骨骨折病人之護理指導

一、鎖骨解剖位置介紹：

鎖骨在解剖學上有重要的功能，它連接著中軸骨架與上肢，因此提供上肢相當的穩定及活動，藉由鎖骨下肌肉保護其下的神經血管包括鎖骨下動靜脈與臂神經叢等。

二、發生原因：

鎖骨位置表淺，中斷細薄所以鎖骨骨折是上肢常見的骨折之一。發生的原因最可能外力直接撞擊鎖骨產生骨折，或跌落的位置在手臂和肩部位置，經過力量的傳遞，鎖骨無法支撐而骨折。

三、發生症狀：

發生鎖骨骨折時，肩膀附近疼痛、腫脹、兩邊肩膀不對稱、受傷的手臂無法抬高、受傷部位會呈現瘀血、水腫、局部壓痛、觸診時會有摩擦聲。

四、鎖骨骨折之醫療處置：

1. 評估手臂神經血管受損的情形。
2. 使用八字肩帶固定。
3. 給予冰敷以減輕腫脹及疼痛。
4. 止痛劑使用。
5. 外科手術。

五、手術治療適應症：

1. 鎖骨遠端骨折合併喙突鎖骨韌帶斷裂。
2. 斷骨端分離有軟組織介於中間。

六、鎖骨骨折之注意事項：

1. 鎖骨周邊的血循相當良好，只要利用八字肩帶與三角巾固定，可減輕疼痛達到治療目的。
2. 八字肩帶需穿 4~6 星期甚至 3 個月，疼痛約仍持續 1~2 星期。
3. 前 1~2 星期除洗澡睡覺外，不可脫下八字肩帶。
4. 脫下後，正確穿法為雙手插腰、挺胸，將八字肩帶先扣好，家人在背後幫忙，將兩條帶子左右平均拉緊，調整雙肩部份海綿到抬頭挺胸方式。
5. 八字肩帶穿在衣服最裡面，不可穿在衣服外面。
6. 睡覺時應平躺，請勿向骨折處。
7. 患部腫痛前兩天可冰敷，一天 4~5 次，一次約 10~20 分鐘採間歇性冰敷。

8. 患肢不可提重物。
9. 攝取含高蛋白、鈣質及維生素之食物，以助痊癒。
10. 出院後要定期返院骨科門診，如有不適之狀況請提早回診就醫。

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康