

肩袖损伤护理查房ppt课件

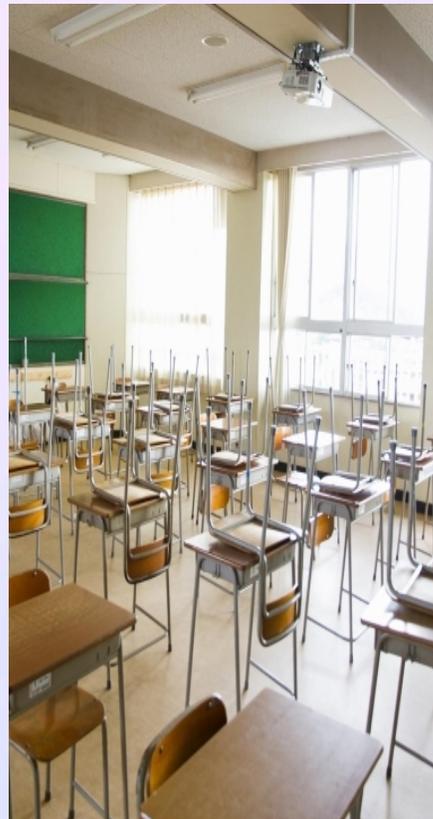
目录

- 肩袖损伤概述
- 肩袖损伤的护理原则
- 肩袖损伤的康复训练
- 肩袖损伤的预防与保健
- 肩袖损伤护理案例分享

01

肩袖损伤概述

定义与分类



定义

肩袖损伤是指肩袖组织的撕裂或磨损，是肩关节疼痛和功能障碍的常见原因。



分类

根据损伤程度和部位，肩袖损伤可分为部分撕裂和全层撕裂，其中全层撕裂又可分为小型、中型和大型撕裂。



病因与病理

病因

肩袖损伤的主要病因包括创伤、反复的肩关节运动、肌腱退行性变以及解剖学因素等。

病理

肩袖损伤后，肌腱会出现炎症反应、变性、坏死和裂痕扩大等病理变化，导致肩关节疼痛和活动受限。



●●●● 临床表现与诊断

临床表现

肩袖损伤的主要症状包括肩关节疼痛、僵硬、无力、活动受限等，尤其是在肩关节外展、外旋和内旋时疼痛加剧。

诊断

肩袖损伤的诊断主要依赖于患者的临床表现、体格检查和影像学检查。常用的影像学检查方法包括X线、超声和磁共振成像等。



02

肩袖损伤的护理原则

急性期护理



冰敷

在损伤后48小时内，每隔2-3小时冰敷15-20分钟，以减轻疼痛和肿胀。



压迫

使用弹性绷带或围巾对患处进行压迫，以减少出血和肿胀。



抬高

将受伤的肢体抬高，以利于血液回流，减轻肿胀。



休息

避免剧烈活动和重复动作，让肩袖得到充分休息。

康复期护理

物理治疗

在医生的指导下进行适当的物理治疗，如温热疗法、按摩、关节活动等，以促进血液循环和恢复关节功能。

运动康复

逐步进行肩部肌肉锻炼和关节活动，增强肩袖肌肉力量和稳定性。

针灸、拔罐

传统中医疗法对于缓解疼痛和促进康复也有一定效果。

心理支持

对于因疼痛或活动受限而产生的焦虑、抑郁等情绪问题，给予心理支持和鼓励。



家庭护理与自我管理

正确姿势

保持正确的坐、站、卧姿势，避免长时间维持同一姿势或重复同一动作。



合理使用

了解自己的身体状况，合理安排工作和家务，避免过度使用肩部。

定期复查

在康复过程中定期到医院复查，以便医生了解恢复情况并给予相应指导。



健康生活

保持健康的生活方式，如合理饮食、规律作息、适度锻炼等，有助于促进肩袖损伤的康复。

03

肩袖损伤的康复训练

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：
<https://d.book118.com/375301322302011132>