

# 肱骨内上髁炎的护理



# 目录

Contents

- 引言
- 肱骨内上髁炎的病因和病理生理
- 肱骨内上髁炎的诊断和治疗
- 肱骨内上髁炎的护理评估

# 目录

Contents

- 肱骨内上髁炎的护理措施
- 肱骨内上髁炎的并发症预防和护理
- 肱骨内上髁炎的康复和随访

01

引言



# 目的和背景



## 01

探讨肱骨内上髁炎的护理方法，提高患者生活质量。



## 02

分析肱骨内上髁炎的发病原因和机制，为治疗和预防提供依据。

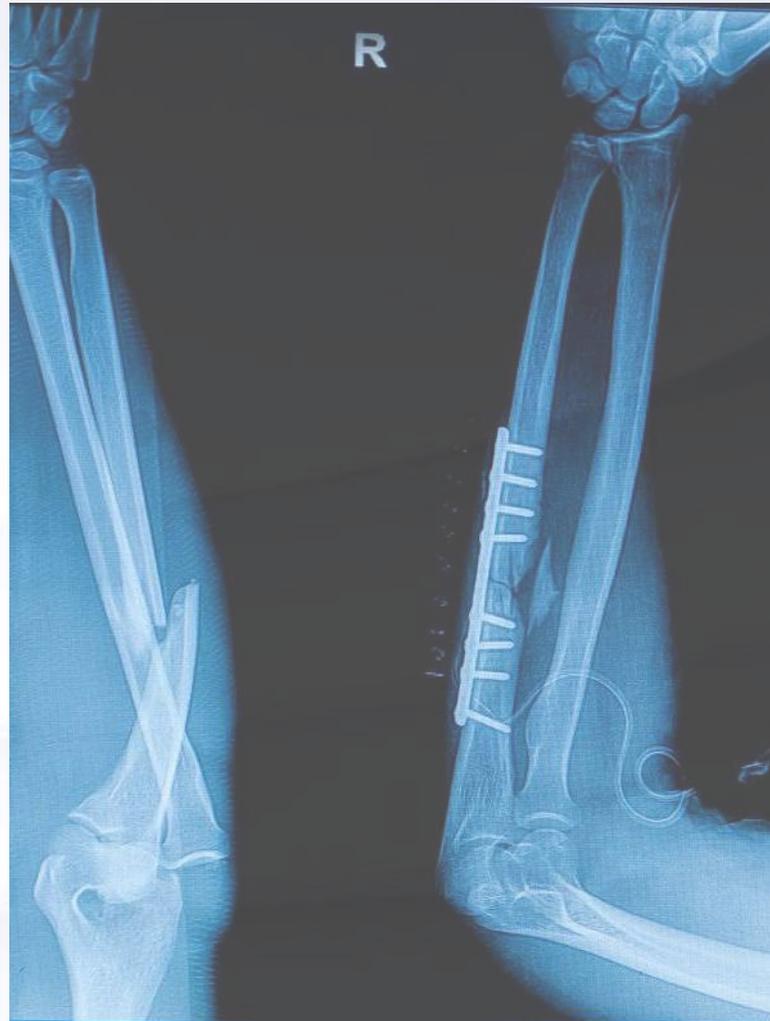
# 肱骨内上髁炎的定义和症状

## 定义

肱骨内上髁炎，又称高尔夫球肘，是一种发生在肘关节内侧的慢性劳损性疾病。

## 症状

患者主要表现为肘关节内侧疼痛、压痛、肿胀、活动受限等症状。在用力握拳、屈腕或前臂旋前时，疼痛会加剧。部分患者还可能出现局部肌肉萎缩和肌力减退。

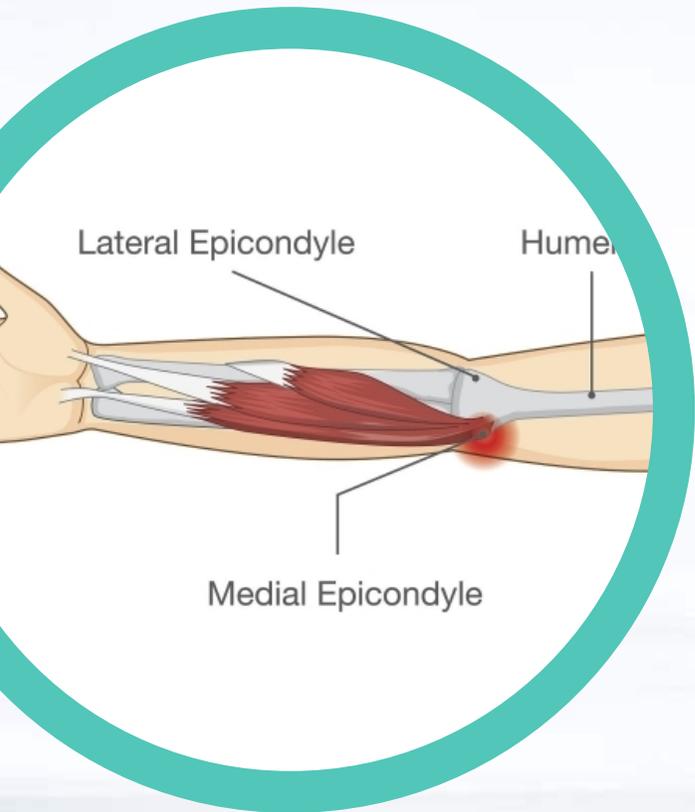


02

## 肱骨内上髁炎的病因和病理生理



# 病因



## 过度使用

常见于网球、羽毛球、棒球运动员及厨师、家庭主妇等需反复用力屈腕的职业人群。由于长期反复做屈腕、伸腕及前臂旋转动作，导致伸肌总腱起点处发生损伤及无菌性炎症。

## 外伤

急性外伤或慢性劳损均可引起肱骨内上髁炎。如跌倒时手掌着地，暴力沿前臂向上传导，可造成伸肌总腱牵拉性损伤。

## 局部受凉

寒冷刺激可引起局部血管收缩，肌肉痉挛，从而影响局部代谢和血液循环，导致疼痛。



# 病理生理

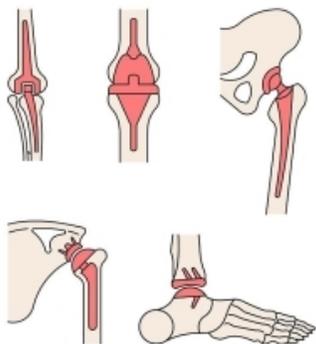
## 伸肌总腱损伤

长期反复用力屈腕，伸肌总腱在肱骨内上髁附着处受到反复牵拉，发生慢性劳损或急性损伤，引起局部出血、水肿、炎症等反应。



## 粘连和瘢痕形成

若炎症持续存在，可导致局部组织粘连和瘢痕形成，进一步加重疼痛和功能障碍。



### PROSTHETIC JOINTS

Quisque a tristique nibh. Quisque lectus leo, dignissim a nunc nec, sagitta lacus eros. Morbi a augue fribus nibh lacreet rhoncus. Vivamus veli quam, aliquam quis sapien condimentum, vulputate venenatis eros. Nullam sodales sapien sit amet du ornare condimentum et sed nisi. Nam mattis urna nec risus efficitur, nec mattis sapien dapibus. Maecenas felis libero, convallis a urna nec, varius ullamcorper justo. Morbi eget conmodo nisi. Suspendisse condimentum pulvinar augue non pretium. Morbi vel purus nec felis, conmodo aliquam. Phasellus a lectus rutrum, rutrum justo viverra, auctor erat. Nulla est ligula, cursus a viverra sit amet, conmodo non tellus.

Quisque a tristique nibh. Quisque lectus leo, dignissim a nunc nec, sagitta lacus eros. Morbi a augue fribus nibh lacreet rhoncus. Vivamus veli quam, aliquam quis sapien condimentum, vulputate venenatis eros. Nullam sodales sapien sit amet du ornare condimentum et sed nisi. Nam mattis urna nec risus efficitur, nec mattis sapien dapibus. Maecenas felis libero, convallis a urna nec, varius.

Quisque a tristique nibh. Quisque lectus leo, dignissim a nunc nec, sagitta lacus eros. Morbi a augue fribus nibh lacreet rhoncus. Vivamus veli quam, aliquam quis sapien condimentum, vulputate venenatis eros.

## 炎症反应

局部损伤后，机体释放炎症因子，如前列腺素、白细胞介素等，引起血管扩张、通透性增加，导致局部红肿、疼痛。



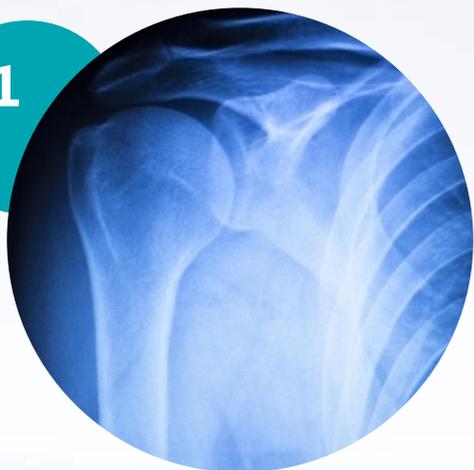
03

## 肱骨内上髁炎的诊断和治疗



# 诊断

01

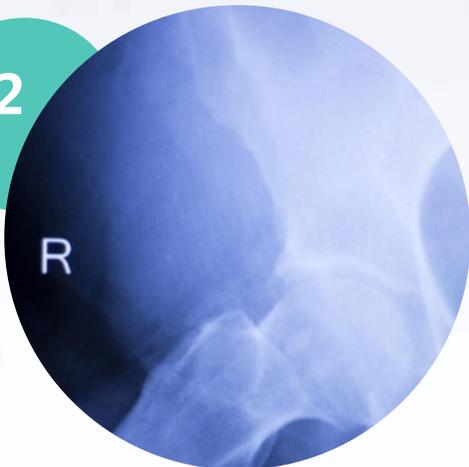


## 病史采集



详细询问患者疼痛部位、性质、持续时间及加重或缓解因素。

02



## 体格检查



检查肘关节活动度、压痛点、肌肉紧张度及关节稳定性。

03



## 影像学检查



如X线、MRI等，以排除其他病变并确诊肱骨内上髁炎。



# 治疗



01

## 保守治疗

包括休息、冷敷、热敷、非甾体类抗炎药等，以缓解疼痛和炎症。



02

## 物理治疗

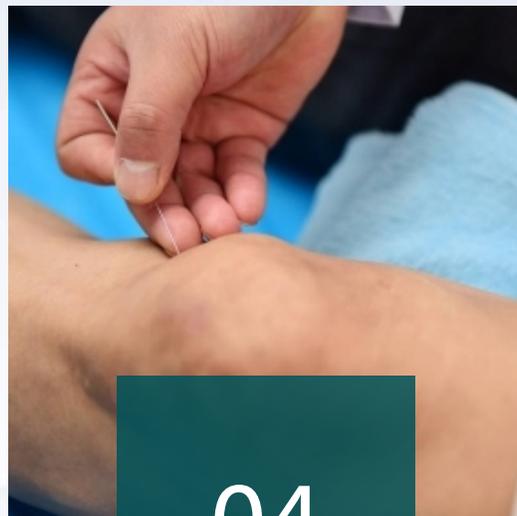
如超声波、电疗、按摩等，可促进局部血液循环，缓解疼痛。



03

## 局部封闭治疗

在痛点注射局麻药和激素类药物，以达到消炎止痛的目的。



04

## 手术治疗

对于保守治疗无效或症状严重的患者，可考虑手术治疗，如关节镜手术或开放手术。

04

## 肱骨内上髁炎的护理评估

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/417140054140006060>