

## 这是什么？

手部骨折是手部的骨头骨折(掌骨骨折)或手指骨折(指骨骨折)。有时,骨折是显而易见的,有时可能没有过多的疼痛。所有骨折均可通过骨X光检查诊断。

治疗将取决于骨折的类型和位置。治疗可能包括:

- 打石膏、佩戴夹板或手指伙伴带一段时间。
- 手术,如果有更严重的骨折或骨折不能正确对齐。

## 家庭医生现在会做些什么？

如果你有简单的骨折,家庭医生可能会使用石膏、夹板、伙伴带或支架来支撑骨骼愈合。家庭医生可能会教你一些温和的手部运动。医生可能会将你转介至物理治疗师或手部诊所进行后续复诊和治疗。

如果你有更严重的骨折,或者骨折不能正确对齐,家庭医生可能会将你转介至专科手外科医生进行检查。可能需要手术来重新对齐和稳定骨折。可能需要插入小型金属装置,例如钢丝或钢钉,以将骨折的骨头固定到位。

手术后,可能需要戴夹板或石膏一段时间以保护骨折。医生会告诉你手术后何时可以安全地开始温和的运动。

## 家庭医生将来会做些什么？

家庭医生可能会在1至2周后安排你去做第二组X光片。医生将确保骨骼在正确的位置愈合。

愈合时间长短不一,很大程度上取决于骨折的类型和位置。

长时间使用石膏或夹板时,手和手指可能会变得僵硬。家庭医生或其他医疗专业人员将教你一些特殊的运动,以帮助改善僵硬和活动能力。

有时,在去除石膏或夹板后,可能仍然有僵硬或活动不良。如果发生这种情况,医生可能会将你转介至手部外科医生。可能需要手术来帮助恢复手指的活动和/或功能。

## 我能做些什么？

按照医生或物理治疗师的指示进行温和的运动。如果你有以下情况,请咨询家庭医生:

- 石膏有任何问题,例如,石膏太紧或有裂缝
- 石膏里掉入了任何东西
- 长时间麻木或刺痛,如手指麻刺感,或者无法活动
- 手指变紫、变白或发冷
- 打石膏的手臂肿胀或疼痛增加
- 石膏下面有灼烧感
- 感染症状,如发烧、发冷、疲劳或疼痛

## 其他有用的信息单

这些健康资源目录信息单可以帮助你护理石膏和恢复:

- 木槌手指夹板
- 护理石膏
- 手臂和手部打石膏时运动

# 手部骨折

## 都有哪些支持？

### 公立医疗

悉尼西南区本地卫生区手部诊所(全区范围内, Bankstown除外)

家庭医生可以转介你到在手部诊所工作的专科医生安排私人诊室预约。任何外科手术和后续护理都将是免费的。然后, 专科医生可以免费将你转介到手部诊所进行任何外科手术和后续护理。

Bankstown居民要被转介至私人专科医生, 然后专科医生才可以在必要时安排在Bankstown医院做手术。

### 私人医生

你可以要求家庭医生转诊至专门治疗手部损伤的私人骨科专科医生。

## 在哪里可以了解更多信息？

- 需要打多久的石膏？
- 需要去看物理治疗师吗？
- 需要做手术吗？
- 需要去看手部治疗专家吗？
- 可以服用任何药物来缓解疼痛吗？
- 如果夹板或石膏有问题怎么办？



## 在哪里可以了解更多信息？

• 美国骨科医师学会 – 手部骨折: [orthoinfo.aaos.org](http://orthoinfo.aaos.org)

本信息供获得医生诊断的人浏览。本信息不旨在用于诊断疾病或替代持续的医疗护理。

健康资源目录信息单获得悉尼西南区PHN的社区顾问委员会和本地家庭医生的认可。

**phn**  
SOUTH WESTERN  
SYDNEY

An Australian Government Initiative