













# 髌部骨折恢复过程：手术前至第 7 天

## Hip Fracture Recovery Pathway: Before Surgery to Day 7

护理 (Care)	手术前 (Before Surgery)	手术当日 (Day of Surgery)	第 1 天 (Day 1)	第 2 天 (Day 2)	第 3 天 (Day 3)	第 4–7 天 (Day 4–7)	出院目标 (Discharge Goals)
液体和营养 (Fluid and Nutrition)	<ul style="list-style-type: none"> <li>不可进食或饮水。</li> <li>如果手术推迟，则可进食</li> <li>开始静脉注射 (IV)，输入液体和药物</li> <li>可置入膀胱导管</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>手术后食用可耐受的饮食</li> <li>肠道护理</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>继续食用可耐受的饮食</li> <li>根据需要进行静脉注射</li> <li>坐在椅子上进食</li> <li>取出膀胱导管</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>开始食用高蛋白和高热量食物</li> <li>根据需要进行静脉注射</li> <li>根据需要执行肠常规</li> </ul>			
活动 (Activity)	<ul style="list-style-type: none"> <li>卧床休息</li> <li>帮助定位</li> <li>根据需要帮助进行口部和皮肤护理</li> <li>每小时的深呼吸练习 (每小时 10 次)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>根据需要帮助定位和活动</li> <li>深呼吸练习</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>深呼吸练习</li> <li>帮助起床</li> <li>开始物理疗法以恢复力量和行走能力</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>深呼吸练习</li> <li>物理疗法</li> <li>如有能力，自行照顾卫生情况</li> <li>检查移动、安全活动、设备和鞋袜</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>深呼吸练习</li> <li>行走和练习</li> <li>如有能力，自动穿衣和照顾卫生情况</li> <li>根据需要采用职业疗法</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>深呼吸练习</li> <li>增加行走和独立性</li> </ul> 	
治疗 (Treatment)	<ul style="list-style-type: none"> <li>根据需要约见专家</li> <li>验血、X 光透视、心电图</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>手术</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>验血</li> <li>根据需要进行专家跟进</li> <li>根据需要进行冰敷</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>更换/取下包扎物</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>查看后续检查和预约</li> <li>查看如何护理切口</li> </ul>
药物 (Medication)	<ul style="list-style-type: none"> <li>静脉注射</li> <li>止痛药</li> <li>开始使用抗生素</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>静脉注射</li> <li>止痛药</li> <li>抗生素</li> <li>抗凝剂</li> <li>重新开始使用常规药物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>静脉注射和常规药物</li> <li>抗凝剂</li> <li>抗生素</li> <li>根据需要服用止痛药</li> <li>补充钙质和维生素 D</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>常规药物</li> <li>根据需要服用止痛药</li> <li>抗凝剂</li> <li>补充钙质和维生素 D</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>根据需要服用骨质疏松症药物并进行指导</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>查看药物</li> </ul> 
出院计划 (Discharge Plan)	<ul style="list-style-type: none"> <li>讨论您的出院需求 (例如设备和资源)</li> <li>讨论个人指导</li> <li>讨论最佳康复地点的选择 (例如家里、当地医院、康复病房)</li> <li>与您的骨折联络服务 (FLS) 团队谈论您的骨骼健康事宜</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>手术后的家人/联系人更新</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>了解抗凝剂</li> <li>了解如何： <ul style="list-style-type: none"> <li>安全活动</li> <li>防止摔倒</li> </ul> </li> <li>检查出院目标和选择</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>与您的团队讨论您的出院计划，包括您需要的地点或服务</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>检查： <ul style="list-style-type: none"> <li>出院计划和目标</li> <li>设备</li> <li>所需服务</li> </ul> </li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>转至计划的地点继续进行康复</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>根据需要提供家庭护理支持和监控。</li> <li>您充分了解出院说明。</li> <li>您知道 <ul style="list-style-type: none"> <li>如何进行练习</li> <li>需要何种设备</li> <li>感染的迹象</li> <li>何时呼叫您的家庭医生或外科医生</li> </ul> </li> </ul>