# 我应该注意哪些体征警示信号?

如出现以下症状,请立即就医或前往急诊部:





痰液粘稠或带血



严重胸痛



咳嗽加重



呼吸困难



呕吐或腹痛



#### 2A & 2B 诊所

陈笃生医疗中心,2楼 **联络热线:** 

6357 7000 (中央热线)



若想了解更多详情,请用智能手机 扫描以上的二维码,或浏览 http://bit.ly/TTSHHealth-Library

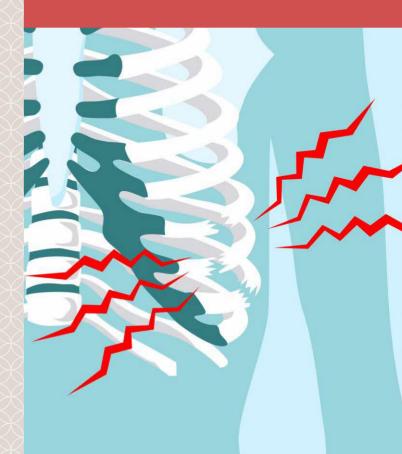
这些讯息对您有帮助吗?如果 您对所阅读的内容有任何意见 或疑问,请随时反馈至 patienteducation@ttsh.com.sg



®新加坡陈笃生医院,2021年版权所有。截至2021年6月,所有信息均属正确无误。未经本医院许可,不得对本文档的任何部分进行复制、影印、反序编辑、改编、散布,或用作商业用途,不得以任何形式将任何内容,存储于数 据库和检索系统中,或者以任何形式进行传输。本文档中的所有信息和材料仅供参考,不得替代医生和其他医疗专家的医嘱。

外伤医疗服务

# 肋骨骨折



PECC-TRA-ED-2021-1222C-v1

# 什么是肋骨骨折?

肋骨骨折是指胸腔的一根或多根肋骨 出现裂缝或断裂的现象。这通常是由 于胸部创伤引起的,比如摔倒。

### 我应该注意什么?

- 第1周胸痛最为严重,随着时间的 推移将逐渐好转
- 疼痛通常会持续4-8周
- 即使过了这段时间,也可能会感到 一些不适
- 暂时性瘀伤或肿胀

### 如何治疗肋骨骨折?

单纯的肋骨骨折通常在2-3个月内会自行愈合,无需手术。除非有其他损伤或并发症,否则不需要住院治疗。

# 我应该怎么做?

### 疼痛控制



- 定期服用止痛药至少
- 将枕头垫在胸前, 尤其在咳嗽的时候
- 用冰袋冷敷胸部

# 其他



- 不要吸烟
- 无饮食限制

# 活动



- 每小时深呼吸10次,以防止肺部感染
- 继续进行非剧烈的日常活动比如散步
- 3周内避免剧烈活动比如举重物
- 不需要卧床休息

# 后续检查



- 将在4-6周内安排后续检查
- 为了检查是否有 肺部感染、胸腔 积血、气胸或骨 折恶化等并发症 恶,您将会重复 进行胸部X光检查