

脚后跟粉碎性骨折多久能走路

齐良波

高县人民医院外三病区骨科 645186

〔中图分类号〕R683 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165(2020)10-132-01

脚是人类非常重要的身体结构,人类的行走和运动大多需要脚的支持,其中,脚后跟又是脚组织中的重要组成部分,在脚后跟组织发生问题或者受伤后,会对人的正常行动造成非常不利的影 响,尤其是一些比较严重的病症,会使人在一定时间内基本丧失行走的能力,在此期间,以脚后跟粉碎性骨折为代表,在患者面对这种病症时,会有很长一段时间处于无法行走的状态中。

一、脚后跟粉碎性骨折简述

脚后跟粉碎性骨折是一种比较严重的病症,是人类下肢受到一定程度损伤的表现。其中脚后跟属于人体结构中比较坚硬的部位,但是在面对直接下跳或者间接暴力运动等情况时,脚后跟部分依旧是脆弱的,非常容易造成损伤,导致受创者无法正常行走,失去基本运动能力和行走能力。一般情况下,脚后跟粉碎性骨折在临床期间的主要表现为:骨折处肿胀、畸形,疼痛的现象,情况严重的则会影响到人们的正常生活质量。在患者出现脚后跟粉碎性骨折症状以后,先维持持动状态并保持绝对卧床休息,同时还需要及时完善检查内容并对其后续阶段的养护进行监察,该病症的治疗手段以手术为主。

二、脚后跟粉碎性骨折注意事项

(一) 术前注意事项

脚后跟骨折术前需要注意的相关事项,医生、护士均会做出详细交代,主要会涉及到下述几方面内容:(1)术前进行各项常规检查,一些重要检查必须按照规定时间如期完成,不可以因为患者自身原因造成检查拖延的情况发生,防止任何影响手术的不良情况出现。(2)正式进行手术前,医生、护士会为家属交代需准备的相关的事项,比如禁食水,常规情况下,开始术前的八个小时时间内保持禁食、患者禁水时间控制在四小时左右。对于情况不同的手术情况,还需要交代清楚与之相对应的术前准备,比如术前阅读关于手术的相关内容,让患者能够充分了解手术前后的养护方式。在术前医生需要再一次详细的将手术过程、风险、并发症进行统一说明,让患者能够做好充分的心理准备,进而对手术产生信心,以更加放松的心态面对手术,这样的手术效果更好。

(二) 术后注意事项

在脚后跟骨折损伤以后,若患者端移位明显、情况极度不稳定、软组织嵌入或存在神经血管损伤情况的患者,这部分人群大多需要进行骨折切开复位固定手术。在完成手术后的几个禁忌主要表现为下述内容:(1)骨折手术后不可以静止不动。手术以后肢体部位会有疼痛感,但患者需在早期进行必要的关节和肢体活动,保证自身的功能锻炼强度,以此保证肌肉萎缩或者静脉血栓等相关并发症出现。(2)手术后禁止过早负重。因为骨折断端大多凭借钢板、螺钉起到的支撑作用来维持稳定状态,所以不能够过早承担肢体以外产生的额外负重,目的在于防止钢板螺钉出现断裂现象,预防骨折再次移位。

三、临床表现

(一) 韧带发炎

绝大部分的脚后跟疼痛现象均是韧带发炎造成的。脚后跟由三十三个关节以及韧带一百多块肌腱组成,脚底位置的韧带与跟骨的底端连接紧密,在人行走期间,产生的牵拉力会集中跟骨下方位置,韧带结构中的一个狭窄范围内,通过反复牵拉摩擦非常容易造成韧带以及骨骼之间的结合部位发炎,进而形成疼痛状况。在此期间,患者自身体重也会与跟后疼痛存在一定关系,一般情况下,肥胖者因其自身体重的原因,维护工作会变得更难。

(二) 足底跖腱膜炎

足底跖腱膜属于足底维持足弓正常、缓冲震荡、提升弹跳力的重要腱性组织。持续长时间的行走或者过度的负重,均会造成跖腱膜出现过度劳损,从而局部无菌性炎症就会滋生,最终出现疼痛症状。

(三) 跟骨骨刺

这种情况在老年患者群体中比较常见,在患者发生足跟痛期间,经过X光片的拍摄,会发现跟骨结节位置存在大小不一的各种骨刺结构。但是,在临床上研究期间发现,骨刺不属于造成疼痛的根本原因,仅仅是隆起的骨刺会更加容易引起局部组织发生摩擦或者劳损,进而产生无菌性炎症,情节严重的会使脚后跟组织变得更加脆弱若,进而易发脚后跟粉碎性骨折。

(四) 足底脂肪垫萎缩

人类的足跟痛大多比较复杂,除以上两种原因外,还有部分患者本身足底脂肪垫萎缩,其面对缓冲震荡、防止摩擦的效能减弱,使局部位置更容易发生损伤而出现疼痛感。

四、术后恢复注意事项

骨折治疗后的恢复阶段属于骨折治疗最为重要的环节,大部分患者往往都会对这个阶段有所忽略,认为在完成了充分的固定和复位工作之后,自己只需要一直处于休养状态就能够完全恢复此前的肢体功能。但是,正式情况与这种患者思维恰恰相反,患者在此阶段仍然需要积极配合医生完成功能断裂回康复治疗,并且定期到医院骨科进行复查,保证骨折实际愈合程度,这样才可以使骨折位置以更加完好的状态进行康复。在此期间,如果患者没有保持必要的锻炼,同时也没有及时复查,极有可能造成的骨骼畸形或者肢体功能障碍,情况比较严重的还可能存在着骨折不愈合或者延迟愈合的情况发生。

五、结语

综上所述,脚跟粉碎性骨折治疗后多久可以恢复正常行走,需要根据患者实际情况展开具体分析。骨折愈合大致分为下述几个步骤,第一步为血肿的形成,第二步为纤维性骨痂的形成,第三步属于骨性骨痂的形成,第四步为骨痂改造或者再建塑,这一步骤的持续时间比较漫长,即使患者自身的愈合能力较强,同时骨折损伤情况并不严重,患者恢复时间一般在三个月时间左右。粉碎性骨折情况严重或年纪较大的患者恢复能力较差,那么完全恢复时间一般在3-6个月左右。