

# 病患情緒知多少 (骨科篇)



## 甚麼是骨折？



「骨折」是引致長者傷殘的常見病患之一，即是體內骨骼部份或完全碎裂。

長者「骨折」常見的部位有髖部,股骨,股骨頸,手腕和脊椎的骨間小樑。

「骨折」會引起不同程度，並可能維持短或長期的痛楚，削弱長者的自我照顧能力和獨立性，影響他們的行動和日常生活。

長者「骨折」康復期較長。



## 導致骨折的原因

導致「骨折」的原因有很多，  
較為普遍的原因主要有：



### 環境

家中雜物多  
未有安裝適當的  
家居安全設施



### 身體

患有骨質疏鬆  
身體失去平衡力



### 心理

分心

擔心再跌倒



# 骨折後長者的心理



長者除了生活和行動受影響，情緒都可能有以下現象：

- 脆弱
- 焦慮不安
- 情緒容易波動及反覆
- 感到無助/無能
- 失去自信心
- 意志消沉
- 恐懼
- 煩躁
- 鬱悶
- 對生活欠缺動力



有學術研究指出，病患的心理因素和其康復的效果有直接關係。

(Zdziarski-Horodyski, et.al, 2018)





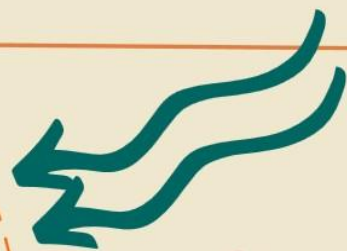
所以家人或照顧者平常都要**多留意**長者的**情緒**從而達到身心靈的關顧，令治療過程更**順暢**。

如果發現長者情緒上有以上現象，除了可以尋求社工協助，照顧者還可以：

- 保留**一定空間**給長者照顧自己
- 多**陪伴**並**鼓勵**長者
- 協助**建立**容易達到的康復目標
- 在家中安裝家居**安全設施**
- **耐心**教導和協助長者復康運動。



從而給予長者對復康的**動力**，**自信心**，減低長者對再跌倒的可能和**提升復原力**。



References:

- Suzuki, Tomoko, Kitaka, Tadashi, & Ikezaki, Sumie. (2014). Life-space mobility and social support in elderly adults with orthopaedic disorders. *International Journal of Nursing Practice*, 20(5), 32–38. <https://doi.org/10.1111/inj.12248>
- Tseng, Ming-Yueh, Shyu, Yea-Ing L, Liang, Jersey, & Tsai, Wen-Che. (2016). Interdisciplinary intervention reduced the risk of being persistently depressive among older patients with hip fracture. *Geriatrics & Gerontology International*, 16(10), 1145–1152. <https://doi.org/10.1111/ggi.12617>
- 衛生署衛生防護中心. (2011). 漏尿骨折, 非傳染病專覽, 4(7), 1–8. <http://www.chp.gov.hk/tc/resources/29/579.html>
- 社區防跌行動. (n.d.). 長者骨折的嚴重性及後果. 身體健康資訊. <http://www.no-fall.hk/severity.html>
- 李紅. (2013). 老年患者的心態研究及護理. 大家健康: 學術版, (4), 162–163.
- 紀輝. (2013). 骨科病患心理護理問題探討. 大家健康: 學術版, (4), 177–178.