

小心“最后一次骨折”，死亡率高达50%

老年人一旦发生这种骨折，应尽快手术

说起骨折，大部分人并不会特别担心，认为“接起来”“好好养”，总会好的。但有一种骨折却被称为“人生最后一次骨折”，就是老年人因跌倒造成的髌部骨折。

我们常会听到这样的消息，老人身体挺好的，然而摔了一跤后就急转直下。

根据国内外临床统计，老年人发生髌部骨折，如果不进行积极的干预治疗，一年内的死亡率就会高达50%！应该如何预防老年人髌部骨折？一旦发生骨折，又该怎么办？



95岁老人摔了一跤

右侧股骨颈骨折

95岁的常某是衢州人，有心脏病，但身体还算硬朗，腿脚也还灵便，闲不住的她经常自己扫地、擦桌子。

前段时间，老人和往常一样，准备拿起扫帚扫地，脚下一软，一下子摔倒在地上，右侧臀部着地。老人赶紧大声呼叫在门外洗菜的女儿，女儿进门看到妈妈一脸痛苦地坐在地上，吓了一跳，连忙打了急救电话。

老人被救护车送到医院，CT检查，被确诊为右侧股骨颈骨折，是最常见的一种髌部骨折。

据医生介绍，髌部的骨头又叫股

骨，分为股骨头、转子间和股骨颈，是人体最粗壮的骨头，主要支撑人体上半身的重量及提供下肢的活动度。我们平时跑跑跳跳全靠它，它一旦骨折，意味着我们的日常行动都要暂时受限。

医院考虑到老人已经95岁高龄，且又有心脏病，建议家属进行保守治疗。医生开了一些止痛药，让老人回家多躺着休养。

然而，老人躺了近两个月，觉得臀部越来越痛，自己完全无法坐起来、下床，感觉身体越来越“虚”，又转到另外一家医院治疗。

严防老人跌倒

一旦发生骨折尽快手术

老人髌部骨折，之所以被称为“人生最后一次骨折”，指的是老人髌部骨折后，骨折部位稍有活动，就会剧烈疼痛，无论翻身还是坐起，都会因为疼痛显得特别困难，所以只能躺在床上，最终发生股骨头坏死并出现各种并发症导致去世。最常见的有四种并发症：肺部感染、尿路感染、双下肢深静脉血栓、褥疮。

老年人因跌倒发生髌部骨折，一般有两种情况：一种是股骨颈骨折，也就是常某的情况；还有一种是股骨转子间骨折。很多老人因害怕手术风险，选择保守治疗，也就是躺着“静养”，其实这是非常错误的做法。

髌部骨折本来就不容易愈合，从股骨颈进入股骨头的血管，是一根十分细小的动脉，它负责向股骨及其周围组织输送营养。当股骨颈或转子间骨折时，血管也会受到损伤。当血管不再向股骨头输送血液时，股骨头就会进入“没吃没喝”的状态，不仅断骨无法愈合，还会出现缺血性坏死。

对于年轻人来说，可以考虑对股骨进行固定，由其自我愈合，但对于老年人来说，本身已有骨质疏松情况，血管也处于老化状态，因此无论是哪种髌部骨折，唯一有效的治疗方法就是手术，通过手术置换人

工股骨头，从而让患者恢复自主翻身、坐起、站立、行走的能力，避免长期卧床出现各种并发症。

对于高龄患者来说，手术的风险确实是存在的，这不仅需要手术专家经验丰富、技术高超，还需要强大的多学科综合实力，能有效进行术前风险评估，为患者制订最合适的治疗方案，更能有效应对可能出现的术后并发症。

为何老人跌倒会普遍发生骨折？专家表示，中青年时，人的骨骼强壮坚硬，髌关节周围有强有力的肌肉作保护，这个地方不容易骨折，除非是遭受十分巨大的外部暴力。人一旦上了年纪，大部分会出现骨质疏松情况，轻微的暴力损害就可能造成骨折。

对于45岁以上的人群，专家建议，最好每年进行骨密度检查，及时发现、干预骨质疏松，尽可能降低骨折风险。平时，人们也要适当加强锻炼，增强肌肉力量。一旦发生股骨颈骨折或转子间骨折，应尽快就医，进行手术治疗，避免长期卧床。手术后，应尽早是在医生指导下进行康复训练。

据《钱江晚报》

老人顺利手术

换上人工股骨头

“老年人股骨颈骨折是无法自己愈合回去的，保守治疗其实没什么意义，我们建议进行手术，进行人工股骨头置换。”医生告诉老人的子女。

医生经过详细的术前检查，老人不仅存在房颤、心脏扩大、冠状动脉硬化、心律失常等问题，还已经出现了双下肢静脉曲张、胸腔积液等常见的老人髌部骨折后的并发症。

人工股骨头置换已经是比较成熟的手术，但关键主要在大部分老龄患者有较多的基础疾病，麻醉耐受力较差，因此手术风险比较大，很多医院无法开展，就会建议患者保守治疗。其实

对老龄髌部骨折患者来说，手术治疗才是唯一有效的治疗方法。

为了将老人的手术风险降低到最小，骨科专家团队组织心内科、血管外科、呼吸内科、麻醉科进行了多学科会诊，全面分析了老人的身体状况，为她制订了最安全的手术方案。

在多学科全力保障下，医生为老人进行了手术，为她换上了人工股骨头。第二天，老人就可以在家人的帮助下站立、走路了，一个星期便顺利出院。接下去，老人还将根据医嘱，在家里继续进行康复锻炼，并定期复查。

不经常出门，是否可以不打疫苗

疾控专家解答诸多防疫问题



目前，有的人对疫苗接种还存在诸多疑问。中国疾控中心研究员、世卫组织疫苗研发委员会顾问邵一鸣下面为您解答。

问：“疫苗不良反应大不大？”

专家：疫苗副反应在安全范围内

邵一鸣表示，疫苗副反应完

全取决于工艺，采用传统技术路线灭活的疫苗安全性是非常好的，蛋白疫苗也是，包括病毒载体疫苗也使用了不少年了，因此它的副反应完全是在安全的、可接受的范围之内，要不然国家药监局不会批准它进入使用。

还有市民担心，疫苗问世时间短，那它是否有远期副反应？对此，邵一鸣说：“灭活疫苗

已经使用上百年了，我们完全掌控它的远期副反应，远期的安全性也是非常好的。”

问：“接种疫苗会得病吗？”

专家：疫苗制剂本身不会造成疾病

邵一鸣表示，疫苗造成疾病的情况非常罕见，一般是发生在接种减毒活疫苗情况下，发生率控制在百万分之一以下，“我们现在使用的新冠病毒疫苗，没有减毒的活疫苗，全部是灭活疫苗，因此疫苗制剂本身不会造成疾病”。

问：“疫苗的保护期只有半年？”

专家：记忆细胞遇病毒感染可被唤醒

邵一鸣表示，所谓半年保护期只是说一部分人半年后中和

抗体下降，这部分人拥有低的中和抗体，如果一旦被病毒感染，大量记忆细胞就会被唤醒，产生免疫力，这跟从来没打过疫苗的人的免疫力是不一样的。

问：“病毒变异后，原来打的疫苗都白打了？”

专家：不白打，会建立基础免疫

邵一鸣表示，现有变异株只能部分降低疫苗的保护效率，“我们看到的保护效率下降一般是针对轻症病例，疫苗对重症病例的保护效率还是比较高的”。

新冠病毒疫苗接种后，会为接种者建立新冠病毒的基础免疫力，就算有一天病毒变异出现疫苗现有的控制范围，之前的疫苗也并不白打。

问：“不经常出门，是否可以不打疫苗？”

专家：只要能打疫苗的人都打，才能建立免疫屏障

邵一鸣说：“本人很少出门，但不等于所有家庭成员都很少出门，因此只要能打疫苗的人都要打。”

疫苗的主要作用是建立免疫屏障，从而阻断传染病的传播。很多人认为，建立免疫屏障，有一定的人数接种就可以了，别人都接种，自己就安全了。

对此，邵一鸣表示，打疫苗是利己又利民的事情，部分人群年纪太大、病太重、免疫功能有缺陷，或者是很强的过敏体质，这部分人不能打疫苗。“其他能打疫苗的人都打，才能建立免疫屏障。”