

醫病共享決策輔助評估表

輔助工具標題

肋骨斷裂，我應該如何治療？

前言

肋骨受傷通常在幾個星期內會初步癒合。因此，止痛藥的給予是很重要的，這樣你便能有適當的深呼吸和正常的咳嗽，進而促進傷口癒合與減少併發症發生。在受傷後，如果感到不適或比平時更加喘不過氣來，則建議要趕緊求醫。

適用對象 / 適用狀況

適用對象: 肋骨骨折之患者

適用狀況:

- 您的主治醫師告知您有肋骨骨折的問題。
- 您有肋骨骨折的問題，想尋求進一步治療。

疾病介紹：

什麼是肋骨受傷骨折，誰會骨折？

1. 肋骨骨折: 也就是說，有一根或多根肋骨的損傷。有時候肋骨沒有骨折斷裂，但有可能是肋骨附近的肌肉有瘀傷發炎。這情形可能發生在胸部受到外力的衝擊，如跌倒，交通事故或毆打等。此外，肋骨損傷也可以是透過自己的肌肉不當收縮而引起的。例如，劇烈咳嗽，緊張，或激烈運動等。
2. 兒童和嬰兒很少會出現肋骨斷裂的情形，因為他們的骨頭非常有彈性。所以，如果一個年輕的孩子或寶寶有肋骨骨折情形，首先要知道是什麼原因造成的傷害。如果沒有明確原因，那麼兒童是否發生受虐的狀況，應予以列入考慮。
3. 與肋骨骨折有關的發病率和死亡率是由三個主要的原因造成：低通氣量(由於疼痛)，氣體交換的改變(在骨折處的肺組織受損)和呼吸力學的改变。

肋骨骨折的併發症？

大多數的肋骨骨折都會自行癒合。但如果內臟被鋒利的骨折處刺傷，就可能會出現下列併發症。

血胸	這是類似於氣胸的過程，只是這一個是胸腔裡有血，無空氣，血圍繞在肺部四週。胸腔中的血液會集中在肺部的下方，這有可能導致胸部的下半部分呼吸疼痛和呼吸短促。首要處理方法為排去胸腔內的血塊與血液，若嚴重時則需要手術治療。
皮下氣腫	即皮膚下出現類似氣泡腫塊，嚴重時會影響吞嚥和呼吸。
氣胸	如果肺肋膜破損時就會發生氣胸。意即空氣進入並堆積在肋膜腔。症狀包括：呼吸疼痛，呼吸急促，有時靠近肩部疼痛。氣胸可以在胸部 X 光檢查中發

	現。若空氣太多，可能需要處理，在局部麻醉下，把體內的空氣移除。氣胸通常在受傷後很快就能被注意到了。然而，它也可以在數小時甚至數天之後發生。所以對於以上症狀，如呼吸急促，胸部疼痛增加或骨折附近越來越痛。則需尋找附近的醫療診所診治。
肺挫傷	肺部組織因受外力的傷害而造成出血與挫傷，就如同人體表面的瘀青，而肺部是人體活動的重要器官，也是呼吸換氣的地方，若過多的肺部受傷便會影響換氣功能。嚴重時會影響生命。
腹部受傷	較低的肋骨靠近肝，脾，腎。因此低位的肋骨骨折可引起這些內部器官損壞。症狀是腹部或背部疼痛。如果存在內部出血，那麼你會覺得頭暈或非常不適。若影響生命徵象，可能您會需要接受緊急手術處理。
血管受傷	高位肋骨(第一二三根)骨折，容易伴隨血管的損傷，特別在合併鎖骨和肩胛骨骨折時
肺部感染	肋骨骨折是非常疼痛的，甚至將導致難以深呼吸或症常咳嗽。這可能使胸部的粘液分泌物難以排除，導致肺部感染。適當有效的止痛將有助於防止胸部感染。 即使有良好的止痛藥，有些肋骨受傷的病人仍可能會有胸部感染的情形發生。如果你有下列症狀如咳嗽，高溫（發燒），胸痛，呼吸短促或痰液增加，就必須尋求醫生協助。
呼吸衰竭	在胸壁呼吸動力學的改變下，由於多根肋骨骨折將增加呼吸的工作量和增加肺部疲勞風險。呼吸衰竭可因胸壁損傷引起（例如，連枷胸）。但是更普遍的是由於潛在的肺挫傷或住院時肺炎的感染。

肋骨骨折該如何診斷？

1. 一般情況下，診斷是從你（妳）給醫生（病史），加上理學檢查。
2. 肋骨骨折是非常疼痛的，尤其是在活動，深呼吸或咳嗽時。
3. 在按壓受傷部位時也會覺得疼痛。
4. 其他檢查包括：

X光檢查：肋骨骨折可能（但不總是）顯示在胸部X光檢查。

X光檢查主要是檢查是否有併發症的發生而非診斷骨折本身。因此，如果沒有併發症的可能，則不一定需要X光檢查。因為會涉及輻射問題。尤其對於懷孕婦女或者是小孩，必須特別注意。



治療方式介紹：

什麼是肋骨骨折的治療？

1. 最重要的治療是有效的緩解疼痛
2. 骨折的癒合，通常在大約至少四個星期。在此期間有效的止痛可幫助您有效的呼吸，正常的咳嗽。
3. 若只忍受疼痛是非常不好的，因為這將會導致呼吸淺，缺乏咳嗽（因咳嗽時會引起疼痛），終將會導致肺部感染。

4. 手術治療適用於嚴重疼痛，胸廓變形，呼吸衰竭等病患。

有效和安全的止痛可幫助病患預防肺部感染。特別對於吸煙者和患有持續性（慢性）胸部疾病如慢性阻塞性肺病（COPD）或心臟衰竭的病患。

我該使用什麼止痛？

口服痛藥可以使用以下三種類型的止痛藥：

1. 普拿疼。(若骨折效果不好)
2. 非類固醇抗炎藥 (NSAIDs)，例如萘普生，布洛芬或阿司匹林。(若胃病病人較不適合)
3. 含有鴉片類的強止痛藥，如服安痛，嗎啡等。

若多處骨折可選用靜脈注射止痛藥

我該如何服用止痛藥？

若肋骨骨折，最好是定期服用止痛藥。不要等到疼痛變得嚴重時服用。

於肋骨癒合後，你可以逐漸減少止痛藥。

一般的建議是：

對於輕度到中度的疼痛，服用普拿疼。

對於中度至重度疼痛，可以服用鴉片類止痛藥

是否還有其他治療方法？

對於嚴重的疼痛或藥物止痛效果不明顯時，另一種選擇是靠局部麻醉神經阻滯的止痛方法。

注意：不要緊緊包裹或用繃帶纏住你的胸部，如束胸衣。雖然這可以幫助減輕疼痛，但會影響肺部膨脹和排痰效果進而導致肺炎。



肋骨骨折會否影響工作？

根據您的工作和傷害的嚴重程度，您可能需要一些時間才能工作。

您想要選擇的方式是：

(請列舉出可能有的治療方式提供勾選)

- 住院觀察
 回家觀察
 手術
 需與醫師再做討論
 其他: _____

請透過以下四個步驟來幫助您做決定

步驟一、比較肋骨骨折的治療

住院觀察	回家觀察	手術
<ul style="list-style-type: none">住院期間可調整止痛藥的使用活動機會較少	<ul style="list-style-type: none">因為骨折後的併發症主要是活動不足所致，在家裡的活動機會遠比住院來得多	<ul style="list-style-type: none">全身麻醉需住院需自費
<ul style="list-style-type: none">因活動少導致肺擴張不全，肺炎機會較高	<ul style="list-style-type: none">若家裡離醫院太遠，會有危險	<ul style="list-style-type: none">傷口感染

步驟二、您選擇治療方式會在意的因素有什麼？以及在意的程度

考量因素	不重要	普通	重要	非常重要
經濟考量				
生活品質				
照護程度				
後遺症				

步驟三、您對治療方式的認知有多少？

	是	不是	不知道
肋骨骨折止痛是第一選擇			
住院一定比回家好			
受傷後要好好休息			

步驟四、您現在確認好治療方式了嗎？

	知道	不知道
我已知道有哪些治療選擇？		
我已知可能的併發症？		

我還有問題想和醫師討論（可事先簡單紀錄在下方空白處）

完成以上評估後，您可以列印及攜帶此份結果與您的主治醫師討論。

嘉義基督教醫院胸腔外科