



下肢截肢患者的指导和训练手册



该手册是为指导和训练已安装假肢或准备安装假肢的患者撰写的。

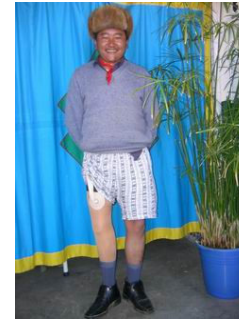
这本手册分为四部分内容。

- 1 • 第一部分是下肢假肢的基本信息，它的用途和制作过程。
- 2 • 第二部分是安装假肢之前的指导和训练。
- 3 • 第三部分是安装假肢后需要进行的训练。
- 4 • 最后部分是安装假肢后在家里需要进行的指导信息。

第一部分 下肢假肢的基本信息

什么是下肢假肢？

下肢假肢是“人造”的一种器具；用塑板和金属制作用来替代已截肢的下肢。



下肢假肢有两种：大腿假肢是为从髌骨上方截肢的患者设计、（如左侧图片），小腿假肢是为从髌骨以下截肢的（如右侧图片）。

*Picture below
knee*

还有其它假肢就是不同的截肢程度，比如足部截肢（足的一部位或整部足）。

安装下肢假肢的用途是什么？

安装下肢假肢的主要用途在于截肢患者不用拐杖而能够重新行走。一般截肢患者安装假肢后，如得到了正确的步态训练，就无需任何支撑物行走。

制作假肢的步骤：

制作下肢假肢的过程是复杂的技术性步骤，虽然该手册的目的不是要提出它的详细制作技术，但叙述了主要的制作过程。



首先技术人员将仔细地进行取形与测量。假肢的接受腔，按照患者的残端形状来进行。



取形后技术人员将会使用各种假肢零件制作出假肢，然后制作出来的假肢就如图片显示的那样，这不是最终完整的，但是患者在训练期间要这样试穿几天，直到适应假肢为止。同时技术人员也可以调整假肢所需达到的准确部位。

实际上每个患者安装假肢后需要接受一些具体的步态训练（更加详细的信息内容在下文内）。训练结束后技术人员将会进行假肢外盒包装，并尽量把它做成象真腿。



安装一只假肢需要多长时间？

由于不同的情况，我们不能确切地说出提供一只假肢的所需时间。一般要看残端状况与病人接收假肢之前的状况；如残端类型或者技术人员制作假肢时遇到的种种困难、对患者安装假肢之后进行训练时遇到的困难等。

制作一只假肢是要看每个病人的情况，但是我们可以平均估计接收一只假肢的所需时间大约是一个月。

下肢假肢的价格将是多少？

一只假肢的准确价格根据假肢类型来定，（小腿假肢的价格低于大腿假肢，因为大腿假肢要多用些材料）技术人员使用不同的材料进行制作假肢。

2005年一月份的价格依据为*；一只大腿假肢的价格是为1100元至1550元之间。一只小腿假肢的价格是为450元至750元。

*这些价格只是依据为2005年一月份的价格而定的；但此价格将随时会变动。



第二部分 接收假肢之前要进行的指导与运动治疗

先前我们所提到的，提供假肢所需的时间是依为患者个人残端状况。如患者个人问题或他/她的残端出现问题（比如；有伤口或肌肉脆弱），我们开始制作假肢之前需要进行一些具体的运动治疗，给你提供器具的时间也因此而会延长。

所以，在手册的这部分内容里我们解说了什么是“正规残端”，为此将会提供一些指导和运动治疗，它能够帮助病人改善残端状况。

什么是标准残端？

“残端”指的是肢体截肢后剩下的部分。正规残端具备了取形条件，它不需要进行安装之前的运动治疗。

“正规”残端不该出现以下问题：

- 伤口已开疤或感染（伤疤上或任何部位）
- 浮肿（“浮肿”指的是残端比平常要大一些）
- 肌肉脆弱（肌肉脆弱将会限制穿戴假肢时的正确步态）。
- 肌肉萎缩；指的是肌肉变成缩短。缩短肌肉将会减少关节运动的能力及限制穿戴假肢时的正确步态。

如患者的残端出现某一种上叙问题，制作假肢之前将要进行具体的治疗运动。但是这里有一些指导和治疗运动能帮助预防出现那种问题。

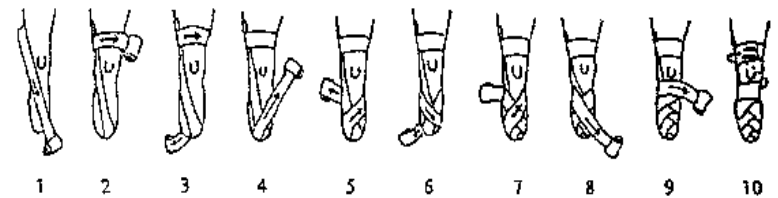
进行指导和运动治疗来拥有正规残端

1. 预防伤口和感染：外科手术之后，必须要护理好伤口，经常清洗伤口能预防感染。残端上出现的每个伤口都要护理好。

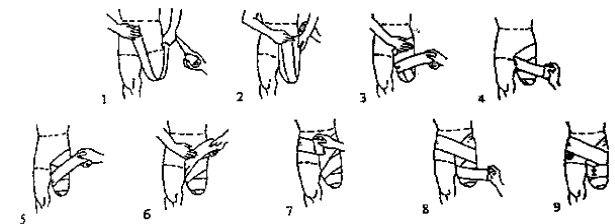
注意：如残端上的伤疤开口或感染，我们就不能制作假肢，直到伤口治愈为止。

2. 预防浮肿：为了预防出现浮肿，病人需要活动残端。为此他/她需要进行以下页图片所示的肌肉训练。

患者本人也要学会使用绷带。使用残端绷带是一种专业技术，有医生或者理疗员来进行指导。下列图片的解说只是帮助你怎样使用绷带。请勿将全部步骤都有你来进行，这样很可能造成错误。



小腿残端的使用绷带技巧



大腿残端的使用绷带技巧



请你确保遵守下列规定

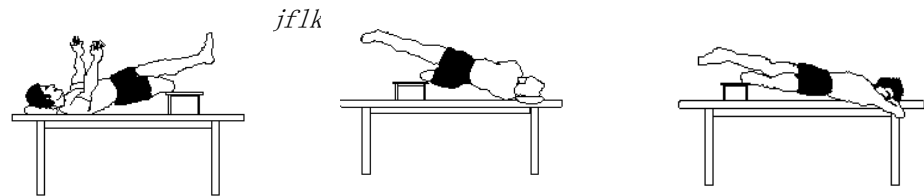
- 绷带必须沿着残端绷紧，有 8 个形状；这指的是绷带应该上下方相缠，不只是在残端的周围缠。
- 整个表面残端用绷带包起，不应该露出皮肤。
- 绷带上不应该有任何折皱。
- 每天都必须使用绷带，直到首次安装。



每次都要缠 « 8 » 个形状

3. 避免肌肉脆弱：当肌肉不适应时会出现肌肉脆弱。比如：病人穿戴假肢并双腿行走时因不适应，在残端的肌肉上经常会出现类似问题。

因肌肉脆弱而将会影响假肢的正确行走。因此，为了保持你的肌肉力量，患者必须确保进行以下运动。以下列运动每天要做 3 次、每次 15 分钟。



自主肌力髋伸肌群
自主肌力膝伸肌群

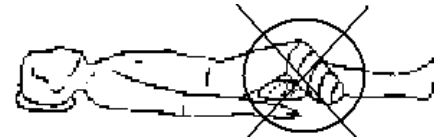
自主肌力髋外展肌群

4. 避免肌肉退缩：肌肉退缩比正常肌肉要短，出现这种问题的原因是残端位置保持在一个方位。

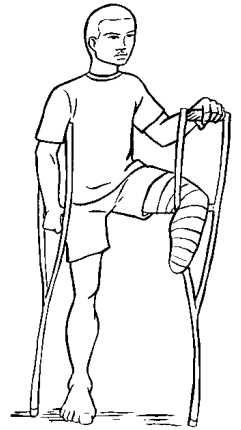
肌肉退缩将会影响假肢的正确行走。为了预防肌肉退缩的现象，患者必须避免以下姿态：



坐在轮椅内时膝盖不宜屈曲



仰卧时膝盖下面不宜垫任何东西



站立时残端不宜放在拐杖上

为了预防肌肉退缩，患者必须要进行上页里已说明的肌肉运动。

第三部 安装假肢之后要进行的训练



安装假肢之后，为了能学好穿戴假肢时的正确行走，将要进行一些具体的训练。

第一次穿戴假肢时就想学好重新走路。因此，你必须花几天时间接受训练（我们不能只用几个小时来训练你）。这不是浪费你的时间，对你正确使用假肢很有帮助。这些训练将在假肢车间的理疗室里进行。

安装假肢后训练将由理疗员进行并详细的解说，关于这个问题有几种解说；训练分为两个阶段；每个阶段有它自己的重要性。

1. 首先，病人要学会怎样把身体负重放在假肢上，它意味着假肢承担身体负重。但是病人第一次使用假肢时，通常有点害怕把身体负重放在假肢上。第一个阶段是很重要，如果病人不能把负重放在假肢上（如假肢不能承担身体负重），他/她就不能够正确地行走。
2. 第二阶段的训练包括怎样去学穿戴假肢时的适当步行，这也是很重要的，可以避免患者一瘸一拐地行走。
3. 当病人能够适当地迈步，他将可以正式开始行走。首先在双缸中间，然后在双缸之外。



重力放在假肢上

双缸中间学步态

无支撑下步行

4. 当病人可以不借助支撑物行走时，要进行一些“功能性”训练，如在楼梯上下行走、在不平坦的路面和斜坡上行走。这些训练的用途是帮助病人在平时生活当中所遇到的各种难题（楼梯、路况差、斜坡等等）。
5. 最后，训练完成准备回家之前，病人将要通过一种小测试。测试由几个比较容易的运动所形成（向前步行、倒后步行、楼梯上行走、不平坦的路面上行走等等），进行这一测试的目的在于提示病人穿戴新假肢时的能力，以及确保病人在没有任何问题的情况下适当地使用假肢。

测试完毕后，开始进行假肢包装工作，假肢包装时尽量把它做成像真腿。

第四部 安装假肢回到家里后将要遵守的信息指导



你穿戴假肢回到家里之后，将为能够长久地保持你的假肢形状，要遵守以下条例：

1. 如残端上出现创伤，停止使用假肢直到痊愈为止。若在此情况下你继续使用假肢，伤口痊愈时间将会延长，而且很可能会更严重（感染、或伤口变得越大）。在这样的情况下需要更长的痊愈时间。
2. 如伤口总是出现在一个位置，你很可能要到假肢车间来检查，也许因假肢原因而引起了创伤，将其假肢要进行一些调整。
3. 请你不要自行修改假肢（割断或去掉某一部分），这样很可能会导致损坏，而且你无法在使用这个假肢。
4. 通常要清洗残端袜，不干净的残端袜很可能会引起对皮肤的损伤以及创伤。将要使用手用肥皂清洗假肢的内衬套（泡沫接受腔），特别是清洗小腿假肢的内衬套清洗时，应该用微温的水和肥皂。
5. 穿戴假肢之前，为了避免创伤，应该检查接受腔内是否有任何脏物。
6. 请不要把假肢暴露在阳光直射中很长时间，它将会损坏外盒包装的海绵。
7. 如假肢的假脚弄湿了，必须马上弄干，不然它很可能会比通常情况下要裂开的快。
8. 如假肢上出现任何问题，请不要犹豫应及时到假肢车间来检查。
9. 假肢在你的一生中并非只用一次，尤其这是你第一次使用假肢，你的残端将会慢慢缩小（它是正常的过程），然后很自然假肢就不适合你。当假肢对你的残端很大时，你添加残袜比接收另一只新的假肢要好得多。其实，你添加很多残袜，残端将会变成（很脆弱），以及残端皮肤会变的很薄。到那时接收新的假肢肯定会有点难度。因此，我们建议病人半年后安装新的接受腔，价钱将会比现在便宜，因为我们只需要换接受腔；旧的假肢零件可以重新使用（假脚、管子等）。如这不是你第一次安装假肢，你可以在两三年之后到本中心更换一次假肢。假肢零件的寿命大约是 2 到 3



年，之后你得更换新的假肢。以上叙述的信息主要是提供给成人。儿童假肢需要调整的更多一些，因孩子将会继续生长。至少每半年需要调整高度，而且大部分患儿也要更换接受腔。

10. 你收到器具之后，要在我们所提供的保修单上签字。保修单是我们为病人出据的信誉保证；如他、她的器具在一年当中出现的任何质量问题或由于制作时因疏忽的原因而出现的问题。

如你有任何疑问，请不要犹豫应向技术人员或者理疗员咨询，他们将会尽量答复你的问题。

以下是我们的联系地址和电话号码

西藏假肢矫形中心



拉萨市扎基中路1号
邮编：850000
☎ (0891)6386295 / 6381202

