

# 我应该注意哪些体征警示信号?

如出现以下症状, 请立即就医或前往急诊部:



发烧



咳嗽加重



痰液粘稠或带血



呼吸困难



严重胸痛



呕吐或腹痛

2A & 2B 诊所  
陈笃生医疗中心, 2楼  
联络热线:  
6357 7000 (中央热线)

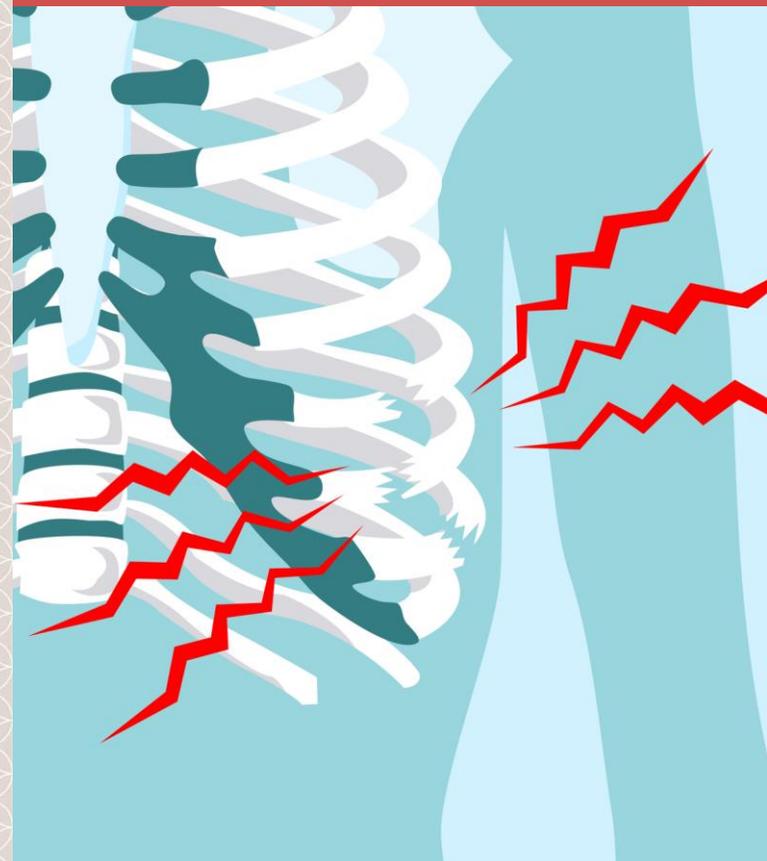


若想了解更多详情, 请用智能手机扫描以上的二维码, 或浏览  
<http://bit.ly/TTSHHealth-Library>

这些讯息对您有帮助吗? 如果您对所阅读的内容有任何意见或疑问, 请随时反馈至  
[patienteducation@ttsh.com.sg](mailto:patienteducation@ttsh.com.sg)

## 外伤医疗服务

### 肋骨骨折



## 什么是肋骨骨折？

肋骨骨折是指胸腔的一根或多根肋骨出现裂缝或断裂的现象。这通常是由于胸部创伤引起的，比如摔倒。

## 我应该注意什么？

- 第1周胸痛最为严重，随着时间的推移将逐渐好转
- 疼痛通常会持续4-8周
- 即使过了这段时间，也可能会感到一些不适
- 暂时性瘀伤或肿胀

## 如何治疗肋骨骨折？

单纯的肋骨骨折通常在2-3个月内会自行愈合，无需手术。除非有其他损伤或并发症，否则不需要住院治疗。

## 我应该怎么做？

### 疼痛控制



- 定期服用止痛药至少1周
- 将枕头垫在胸前，尤其在咳嗽的时候
- 用冰袋冷敷胸部

### 活动



- 每小时深呼吸10次，以防止肺部感染
- 继续进行非剧烈的日常活动比如散步
- 3周内避免剧烈活动比如举重物
- 不需要卧床休息

### 其他



- 不要吸烟
- 无饮食限制

### 后续检查



- 将在4-6周内安排后续检查
- 为了检查是否有肺部感染、胸腔积血、气胸或骨折恶化等并发症，您将会重复进行胸部X光检查