

杭州8家医院雪天摔跤报告 541人摔倒送医,392人骨折

中青年和老年人基本各占一半,年轻人易伤手腕和脚踝,老人易伤腰椎和股骨

本报记者 张苗 何丽娜 张冰清 郑琪 本报通讯员 陈佳琦

杭城难得的大雪让大家又惊又喜,雪中西湖、各式雪人刷爆了朋友圈,可在各大医院的急诊科、骨科医生朋友圈里,主题只有一个:忙。自从上周四开始降雪之后,每天都有人因为摔伤、骨折被送进医院,钱江晚报记者统计了市区8家省、市级医院,罗列出了一组杭州“雪天”摔跤不完全统计。



浙江名医馆
你的私人
名医会所



微信扫一扫
微信公众账号
浙江名医馆
或搜号码
zjmyg1



视觉中国供图

541人因摔倒送医 年轻人占了快一半

8家医院分别是邵逸夫医院、浙江省人民医院、浙江医院、浙江省中医院、杭州市中医院、省立同德医院、浙中医大二院、117医院,从上周四到昨天(1月29日),5天时间里共有541人因为摔倒被送进医院,其中被诊断为骨折的病人有392人,其余为肌肉或韧带受伤。

从年龄上区分,50岁以下的中青年占据了半壁江山,有48.7%,这和“老人易摔伤”的传统印象不符。

“从我们医院收治的情况看,年轻人反而比老年人更多。”浙江省人民医院急诊科副主任张美齐说,“这可能与老人注意防护有关。现在的老人健康意识增强,加上购物有快递,只要避免出门,就很少会发生摔倒的情况;而年轻人一般年末外面活动多,所以受伤概率反而高了。”

再分析摔倒地点,排前三位分别是小区内道路、非机动车道上以及人行道上。

摔倒时间上,上周四以及上周六是病人数量最多的两天,前者是第一天下雪,周六是雪后第一个休息日,大家对大雪的期盼在这两天释放了出来。

一天中,又是12点之前摔倒较多,占了69%。看来上午出门时大家的警惕性更低,更容易滑倒。

在钱江晚报记者的统计中,最意外的数据要数浙江医院的急诊科了。

“5天里有16人摔伤,不过只有1位骨折的。”急诊科护士长说,医院原本已经做好了全力抢救大量病人的准备,毕竟到景区看雪时,一旦发现摔伤第一时间会就近送到这里,可从数据上看,到景区赏雪的人们保护意识很强,即便摔倒了也并不严重。

年轻人与老年人 摔倒易受伤部位不同

摔倒时,哪些部位最容易受伤?从541例统计数据来看,年轻人和老年人的摔伤部位截然不同。

50岁以下的中青年,最易受伤、骨折的是手腕、脚腕、肩部;而老年人,则是股骨、腰椎、髌部。

浙江省立同德医院急诊外科主治医师李奇告诉钱报记者,年轻人反应比较灵敏,快摔倒时会本能地伸出手去撑,所以手腕骨折的比较多,占了一半以上。而老年人往往还没反应过来就摔倒在地,所以腰椎、股骨骨折的较多。

“前者是摔得重而受的伤,而后者是因骨质疏松,即使摔力不大,也会引发骨折。”省中医院骨科主任童培建说。省中医院外科值班医生黄哲华也分析说,手腕和脚腕的肉比较少,摔倒着地时对骨头的冲击力大。言下之意,一旦摔倒,有点肉肉对骨头还是有很好的保护作用滴。

另外,年轻人的伤势也相对较轻,比如腕部骨折大多在门诊就处理掉了,不需要住院。

老年人则没那么幸运了,黄哲华说:“老人家骨质疏松问题突出,摔倒后骨折大多比较严重。周六当天确诊的5位骨折病人中4位是老人,包括手腕、尾椎、腰椎等,病症都相对严重。”

年轻人只要不是腿脚骨折,通常都可以自己到医院,而老年人摔倒后如果觉得腰疼,千万不要站和坐,而是要保持平卧,由家人送到医院。必要时,可以打急救电话120求助。

李奇医生提醒,近段时间,大家尽量衣服穿得厚实一点,一是保暖,人暖了筋络灵活了,不宜摔倒;二是如果真的摔倒了,不妨可以稍微滚动一下,这样都能增加缓冲,减少伤害。他说,最重要的还是平时加强锻炼,增强肌肉力量、骨骼韧性,“平时很少见到‘肌肉男’骨折来医院就诊的。”

服务+

走企鹅步防滑倒 专家认为不靠谱

化雪更冷,防滑防摔依然是接下来出行的安全重点。网上热传一说法——模仿企鹅走路可以防摔倒,好多网友脑补那画面都觉得太好笑,钱报记者为此咨询了专家,专家认为这法子不可行,大家也就不去学了。

“重心偏低、整个脚掌同时着地等都是企鹅走路比较稳的原因,但这些都与人类平时的走路步态和习惯不太一样,要是刻意去改变,用自己不喜欢的步态走路反而更危险,最好的办法就是少出门,尤其是对于老年人而言,肌肉和关节僵硬,灵活性下降容易摔倒受伤。”杭州市红十字会医院骨科主任费骏说。

如果非要出门的话,建议穿鞋底比较软且防滑的鞋子,遇上台阶及有水坑结冰的地方要尽量避免,走路时步子小一点,慢一点,老年人拄个拐杖会更好。另外还要特别提醒年轻人,走路

别玩手机、打电话,不注意路面情况很容易发生意外,骑车也要适当减速,路面滑急刹车很容易翻车。

