

<<运动创伤学>>

图书基本信息

书名：<<运动创伤学>>

13位ISBN编号：9787509150771

10位ISBN编号：7509150779

出版时间：2011-8

出版时间：人民军医出版社

作者：王予彬，王人卫，陈佩杰 主编

页数：247

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<运动创伤学>>

### 内容概要

本书由上海同济大学与上海体育学院专家王予彬、王人卫、陈佩杰合作编写，第1版出版后受到很多医学院校和体育院校好评，并陆续被选为相关学科教材。本次修订，在保持了原有结构和编写特色的基础上，更加系统地对各类运动创伤及其预防、运动创伤的生物学基础（人体结构、生理功能与病理变化）、运动创伤的诊断原则及治疗技术进行了介绍，并重点介绍了四肢和脊柱各种运动创伤的诊治及其预防。

《运动创伤学(第2版)》可作为体育、师范及医学院校本科和研究生教材，也可供体育工作者（运动员、教练、队医），骨科、康复科、运动医学医师等参考阅读。

## &lt;&lt;运动创伤学&gt;&gt;

## 书籍目录

## 第1章 运动创伤学总论

## 第一节 运动创伤的防治概论

- 一、运动创伤的基本原因
- 二、运动创伤发生与运动项目的关系
- 三、运动创伤的分类
- 四、各类组织结构的运动创伤特点
- 五、运动创伤的预防原则
- 六、运动创伤的治疗原则

## 第二节 运动创伤的适应

- 一、结构性适应
- 二、疼痛性适应
- 三、关节不稳的适应
- 四、疲劳性骨折适应

## 第三节 常见运动项目的创伤特征及其预防

- 一、体操
- 二、田径运动
- 三、球类运动
- 四、水上运动
- 五、冰上运动
- 六、摔跤运动
- 七、击剑运动
- 八、举重运动
- 九、自行车运动
- 十、拳击、散打运动
- 十一、马术运动
- 十二、跳伞运动

## 附1 A 白领综合征

## 附1 B 旅游膝

## 附1 C 平衡能力与运动创伤

## 附1 D 健身房运动创伤

## 第四节 运动创伤的流行病学研究方法

- 一、描述性研究
- 二、分析性研究
- 三、实验性研究
- 四、理论性研究

## 第2章 运动创伤的生物学基础

## 第一节 软组织损伤的病理学基础

- 一、血管及血流的异常改变
- 二、细胞变性或坏死
- 三、组织的炎症反应

## 第二节 软组织损伤的修复与再生

- 一、软组织损伤的再生能力
- 二、软组织损伤的伤口愈合
- 三、软组织伤口愈合的分类

## 第三节 影响软组织损伤后再生修复的因素

## <<运动创伤学>>

一、全身因素

二、局部因素

### 第四节 软组织损伤后的转归

一、肌萎缩

二、肌粘连

### 第五节 骨骼肌运动损伤的病理、生理学基础

一、骨骼肌的结构

二、骨骼肌的作用

三、骨骼肌损伤的病理

四、延迟性肌肉酸痛

### 第六节 腱末端病的病理、生理学基础

一、腱末端的结构及分型

二、腱末端的功能

三、腱末端病的病理

### 第七节 韧带运动损伤的病理、生理学基础

一、韧带的组织结构

二、韧带损伤的分类

三、韧带损伤修复重建的生物学过程及其影响因素

### 第八节 关节软骨运动损伤的病理、生理学基础

一、软骨的结构与分类

二、关节软骨的营养

三、关节软骨损伤的病理

四、生物医学工程技术在软骨损伤修复中的应用

### 第九节 膝关节半月板损伤的病理、生理学基础

一、膝关节半月板的结构

二、膝关节半月板的功能

三、膝关节半月板损伤的机制与损伤后的愈合

### 第十节 肩关节盂唇损伤的病理、生理学基础

一、肩关节盂唇的结构

二、肩关节盂唇的功能

三、肩关节盂唇损伤的机制与损伤后的愈合

### 第十一节 骨折的病理、生理学基础

一、骨的结构与营养供应

二、骨的生物力学功能

三、骨折的愈合机制

## 第3章 运动创伤的诊断原则

### 第一节 运动创伤的物理检查

一、物理检查的原则和内容

二、运动创伤常见部位的检查方法

### 第二节 运动创伤的辅助检查

一、X线检查

二、超声检查

三、CT检查

四、磁共振检查

五、KT—2000膝关节稳定仪检查

## 第4章 运动创伤的治疗技术

### 第一节 运动创伤的康复训练

## &lt;&lt;运动创伤学&gt;&gt;

- 一、运动创伤康复训练的目的
- 二、运动创伤康复训练的方法
- 三、运动创伤康复训练前后的功能评估
- 四、运动创伤的康复计划
- 五、运动创伤的运动疗法

## 第二节 运动创伤的物理治疗

- 一、电疗法
- 二、光疗法
- 三、磁疗法
- 四、超声波疗法与超声药物透入疗法
- 五、传导热疗法
- 六、冷疗法
- 七、水疗法
- 八、手法治疗

## 第三节 支具在运动创伤治疗中的应用

- 一、支具的作用
- 二、支具的分类与应用
- 三、支具佩戴注意事项

## 第四节 绷带技术在运动创伤治疗中的应用

- 一、绷带技术概述
- 二、常见包扎绷带及工具种类
- 三、绷带包扎方法
- 四、绷带技术在常见运动创伤中的应用举例

## 第五节 石膏和小夹板在运动创伤治疗中的应用

- 一、石膏固定法
- 二、小夹板固定法

## 第六节 关节镜技术在运动创伤治疗中的应用

- 一、关节镜的设备和器械
- 二、关节镜手术在运动创伤治疗中的应用

## 第5章 运动创伤学各论

## 第一节 上肢损伤

- 一、锁骨骨折
- 二、肱骨骨折
- 三、肩关节脱位
- 四、创伤性肩关节前不稳定
- 五、肩关节上盂唇损伤（SLAP损伤）
- 六、肩袖损伤
- 七、肘关节脱位
- 八、肘关节剥脱性骨软骨炎
- 九、肘关节内侧不稳定
- 十、肘关节后外侧旋转不稳定
- 十一、网球肘（肱骨外上髁炎）
- 十二、尺、桡骨骨折
- 十三、腕舟状骨骨折
- 十四、腕月骨脱位
- 十五、腕三角软骨损伤
- 十六、拇指掌骨基底骨折

## <<运动创伤学>>

十七、掌骨干骨折

十八、掌骨颈骨折

### 第二节 下肢损伤

一、股骨干骨折

二、股骨大粗隆滑囊炎

三、膝关节后交叉韧带损伤

四、膝关节后外侧稳定结构损伤

五、膝关节侧副韧带损伤

六、髌骨脱位

七、髌腱末端病

八、髌骨软骨软化症

九、滑膜皱襞综合征

十、股四头肌腱断裂

十一、胫骨平台骨折

十二、膝关节半月板损伤

十三、膝关节前交叉韧带损伤

十四、胫、腓骨骨折

十五、跟腱断裂

十六、跟骨跟腱止点末端病

十七、距小腿关节外侧韧带损伤

十八、距小腿关节前惧痛症

十九、腓骨肌腱外伤性脱位

二十、踝部骨折

二十一、运动员疲劳性骨折

二十二、跟骨骨折

二十三、足舟骨损伤

### 第三节 脊柱损伤

一、颈部软组织损伤

二、颈椎病

三、腰椎间盘突出症

四、腰肌劳损

五、第3腰椎横突综合征

六、脊柱骨折

### 第四节 周围神经损伤

一、肩外展综合征

二、尺神经损伤

三、桡神经损伤

四、正中神经损伤

五、腓总神经损伤

六、肩胛上神经损伤

七、神经卡压综合征

### 第五节 青少年运动员损伤

一、骨骺损伤

附5A 小儿四肢长管状骨骨骺骨化中心出现和闭合时间

二、胫骨结节骨骺炎

三、跟骨骨骺炎

附5B 运动员选材

## <<运动创伤学>>

### 第六节 女性运动员损伤

- 一、女性运动员前交叉韧带损伤特点
  - 二、女性运动员运动创伤与解剖、生理特点
- 参考文献

## &lt;&lt;运动创伤学&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：（四）训练、竞赛组织不当训练、竞赛组织不当导致损伤的原因可以概括为如下内容。

1. 缺乏医务监督，或运动员、教练员不重视医生的意见，带病或过度疲劳训练和参加比赛。
2. 违背训练原则。
3. 缺乏必要的保护，常见的情况是教练员保护方法不当或未给予保护，脱保过早，运动员在训练或比赛前未做好必要的保护措施，如保护用具欠缺或不重视采用等。
4. 竞赛组织安排不当，如竞赛日期临时改变，比赛路线的选择或项目次序安排不当。
5. 场地器材、保护服装的损坏或不符合卫生要求，如田径场地不平、太硬，沙坑木沿太高，单杠固定不牢固，摩托车、汽车、冰球比赛时保护用具的损坏等都可以引起运动方面的损伤。

（五）运动竞技状态不良运动员疲劳、患病、病后康复阶段、手部胼胝以及心理状态不佳等都可以导致损伤。

尤其是运动员疲劳或过度疲劳时，其力量、精确度和共济功能均显著下降，警觉性和注意力减退，机体反应力迟钝。

这些因素都可能会导致运动技术上的错误或创伤。

为了防止创伤的发生，必须禁止剧烈运动后，接着进行技术复杂和要求精确的动作，并应禁止缺乏锻炼的人参加高度紧张的运动竞赛和各种体能测验，还应正确制订训练计划与比赛日程。

在单杠、体操和击剑运动中，常常因手掌出汗过多或胼胝而发生创伤，预防主要靠平时对手掌的保护。

心理因素（如“心神不定、精神紧张”）有时会出现在缺乏训练或训练有素的运动员身上，这样就难免会有创伤的发生。

为了消除这种情况，可采用抑制性的准备活动及按摩的方法。

运动员心情不好，情绪不高；好表现自己，好奇心大，好胜心强，忘乎所以，不顾主客观条件的可能性，盲目或冒失地进行运动，也易发生损伤。

（六）气候因素不佳光线不足，气温过高或过低，雨雪后地面湿滑等原因，都可能引起损伤。

在气温过高时运动，可能会发生中暑，气温过低有可能发生冻伤。

因此，必须采取相应的预防措施，才能避免意外事故的发生。

例如，在寒冷和潮湿的气候里，肌肉的活动能力、弹性和机械耐力大大降低，这样就很容易发生肌肉韧带的损伤。

像冬季在滑雪、滑冰等运动中常出现冻伤，加上潮湿和寒风冻伤的机会则更多。

因此必须做好充分的准备，才能减少气候因素所导致的运动创伤的发生。

## <<运动创伤学>>

### 编辑推荐

《运动创伤学(第2版)》是由人民军医出版社出版的。

<<运动创伤学>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>