

19. 体育课上，小明因运动不当造成脱臼，下列叙述错误的是（ ）

- A. 剧烈运动前热身可减少脱臼现象发生
- B. 脱臼后无需处理，休息几天即可康复
- C. 经常运动的人关节囊增厚，不易脱臼
- D. 脱臼时关节头会从关节窝里滑脱出来