

پا من اسمه دواء و نکره شفاء



شکستگی استخوان ساق پا

راهنمای بیماران



کد رسانه: PEDU/MIS/JED/O157

جهت بهبود استخوانهای شکسته دخیانیات را کنار بگذارید.

منابع : مراقبت های پرستاری برونر سودراث و سایت

www.persianpersia.com/health

تهیه کننده : م. بخشی مسول آموزش همگانی و بیماران

طراحی و تنظیم : م. بخشی مسول آموزش همگانی

مشاور علمی: آقای دکتر توکلی متخصص ارتوپدی

تلفن بیمارستان: ۰۳۱-۳۷۴۲۱۰۱۱-۱۴

ایمیل: Emam-falavarjan-stat@mui.ac.ir

شماره فاکس: ۰۳۱-۳۷۴۲۷۰۴۳

آدرس: فلاورجان-خیابان طالقانی-بلوار سیح-بیمارستان امام خمینی فلاورجان- واحد آموزش بیمار

*از روز چهارم به بعد می توانید حمام بروید. بخیه ها را تمیز و خشک نگه دارید. تعویض پانسمان باید بعد از مرخص شدن در منزل به صورت روزانه توسط پرستار یا همراه بیمار که در بیمارستان آموزش دیده انجام شود. *بخیه های ناحیه عمل شده دو هفته پس از عمل طبق نظر پزشک کشیده می شود.

*یبوست از عوارض بعد از عمل می باشد که به دلیل کاهش حرکت و استفاده از داروهای ضد درد می باشد. آب کافی، مصرف مواد غذایی حاوی فیبراز جمله سبزیجات، غلات و میوه های تازه می تواند برای جلوگیری از یبوست مصرف شود.

کنترل درد:

*در مدت کوتاهی پس از جراحی به سرعت کاهش می یابد. بعد از ۲ الی ۳ روز اغلب فقط گاهی برای رفع سفتی و گرفتگی عضلات به داروهای مسکن طبق دستور پزشک نیاز پیدا می کنید.

*برای کنترل درد با بلند کردن اندام عمل شده و استفاده از کیسه یخ می توان به کنترل درد و تورم کمک کنید. *با تغییر وضعیت و آرامش فکری و پرت کردن حواس به کاهش درد کمک کنید.

*در صورت تورم و درد غیرقابل کنترل، سردی و رنگ پریدگی و فلج سریعاً به پزشک معالج مراجعه کنید.

شایع ترین دلایل شکستگی در استخوان ساق پا زمین خوردن (سقوط)، تصادفات با وسیله نقلیه و آسیب های ورزشی می باشد.

علائم شکستگی:

مهمترین علامت این شکستگی درد و تورم و تغییر شکل در ناحیه ساق می باشد. درد با حرکت و فشار به محل شکستگی بیشتر می شود.

تورم و حساسیت به لمس

کبودی و تغییر شکل آشکار

ناتوانی در راه رفتن

روشهای درمانی



درمان جراحی:

معمولا با گذاشتن پلاتین در پا می باشد. پلاتین ممکن است داخلی یا خارجی باشد. بعد از جراحی معمولا در عرض سه ماه استخوان به اندازه ای جوش میخورد که فرد بتواند بدون کمک و بدون استفاده از عصا راه برود اما تمام بیماران قبل از راه رفتن باید توسط پزشک معاینه و از شاق آنها عکس رادیولوژی گرفته شود. در صورتی که عکس رادیولوژی نشان دهنده جوش خوردگی شکستگی

باشد فرد می تواند بدون عصا راه برود. با این حال دویدن و انجام فعالیت های ورزشی باید با دستور پزشک باشد.

روشهای غیر جراحی

در مواردی که شکستگی بدون جابه جایی است باید از جابجا شدن شکستگی تا وقتی قطعات به هم جوش می خورند جلوگیری کرد. در این موارد درمان به صورت گچ گیری می باشد. کف پا و ساق بیمار تا مفصل زانو گچ گیری می شود به نحوی که بیمار بتواند زانوی خود را خم کند.

مدت نگهداری گچ:

بر حسب شکستگی، گچ پای بیمار پس از ۶ هفته تا ۱۲ هفته خارج شده و نرمش های خاصی جهت بدست آوردن دامنه حرکت مچ پا و عضلات ساق انجام می شود یکی از مشکلات این نوع درمان این است که وقتی مچ پای بیمار به مدت سه ماه در گچ می ماند پس از خروج از گچ دچار محدودیت حرکتی می گردد که ممکن است با فیزیوتراپی و انجام نرمش های لازم بطور کامل بهبود نیابد.

لخته شدن خون در رگ:

یکی از عوارض شکستگی لخته شدن خون در سیاهرگ های عمیق ساق است که می تواند بسیار خطرناک باشد. لخته شدن ممکن است موجب اختلال در عملکرد قلب و ریه شود. بعد از جراحی داروهایی داده می شود تا از لخته شدن خون در پاها جلوگیری شود پزشکان به این داروها، رقیق کننده می گویند. داروها می تواند تا چند هفته بعد از جراحی هم ادامه پیدا کند.

پانسمان:

معمولا پانسمان زخم جراحی تا ۴۸ ساعت بعد از عمل جراحی تعویض نمی شود. تعویض پانسمان باید بعد از مرخص شدن بیمار در منزل انجام می شود. تا زمانیکه بیمار در بیمارستان است تعویض پانسمان توسط پرستاران بخش انجام می شود.

راه رفتن:

بعد از جراحی در صورت تشخیص پزشک توسط یک فیزیوتراپ آموزش داده می شوید که چگونه می توانید در بخش بنشینید و چگونه می توانید از عصای زیر بغل یا واکر استفاده کنید.

نکات قابل توجه:

*ممکن است پزشک معالج داروهای آنتی بیوتیک خوراکی برای شما تجویز کند تا بعد از مرخص شدن از بیمارستان تا مدتی از آنها در منزل استفاده کنید.

*از قطع کردن آن بدون دستور پزشک خودداری کنید.

*در صورت داشتن علائم عفونت از جمله تب، لرز، قرمزی و

خروج ترشح چرکی از ناحیه عمل شده و حساسیت در لمس به پزشک مراجعه کنید.