

## مراقبت بعد از شکستگی استخوان

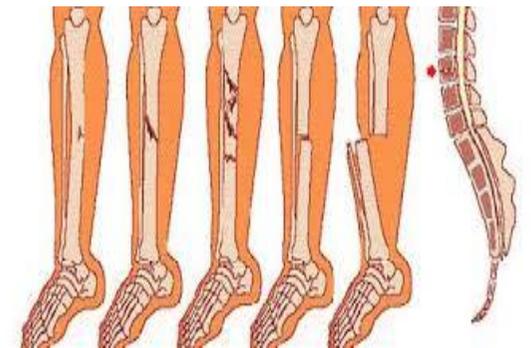
لطفا جهت بهبودی هر چه سریعتر و جلوگیری از عوارض احتمالی نکات زیر مورد توجه قرار گیرد

### فعالیت :

توصیه می شود یا سفت و منقبض کردن عضلات اندام شکسته ، بدون حرکت دادن اندام داخل قالب گچی به حفظ قدرت عضلات و جلوگیری از تحلیل آن کمک نماید. ورزش هایی که مجاز هستید انجام دهید از فیزیوتراپیست یا پرستار خود سوال بفرمایید. از وسایل کمک حرکتی مانند عصا واکر به نحوی که وزن بیمار روی اندام عمل شده نباشد، استفاده نمایید برای جلوگیری از ورم اندام داخل گچ بالاتر از سطح صاف قرار گیرد.

### تغذیه

رژیم غذایی معمولی می باشد. جهت پیشگیری از پیوست. از سبزیجات میوه ها ( آلو ، انجیر و ... ) و مایعات فراوان استفاده نماید .



## پانسمان

پانسمان بعد از ترخیص طبق دستور پزشک روزانه یا روز در میان توسط پرستار انجام گیرد.

### استحمام

در صورتی که آب به موضع گچ گرفته شده نرسید بلامانع است .

### علائم خطر

در صورت بروز علائم مربوط به عفونت (تب و لرز) و قرمزی و ترشح از موضع زخم علائم به پزشک اطلاع داده علائم خطر شود. در صورت بروز سردی و تغییر رنگ اندام شکسته نسبت به اندام سالم ، تنگی نفس و دردی که با مسکن آرام نمی شود، سریعا به پزشک مراجعه کنید

### دارو درمانی

داروهای تجویز شده را طبق دستور پزشک مصرف نمایید.

### مراجعه بعدی

تاریخ مراجعه در روز ترخیص توسط پزشک به شما گفته خواهد شد ، خودتان نیز دقت بفرمایید

## شکستگی:

در صورتیکه نیروی وارده به استخوان بیشتر از میزان تحملش باشد، استخوان دچار شکستگی می شود. هنگام شکستگی استخوان، بافت های اطرافش نیز ممکن است آسیب ببینند مثل ورم اندام ، خونریزی ، دررفتگی مفصل، آسیب عروق و اعصاب و ... شکستگی ممکن است بصورت کامل، باز، بسته، قطعه ای باشد

### علائم :

درد، از بین رفتن حرکت ، تغییر شکل یا کوتاه شدن عضو، غرغر عضو، تغییر رنگ عضو(در هر شکستگی دیده نمی شود) و.. عوارض شکستگی: شوک ، آمبولی چربی(پرتاب قطرات چربی از داخل مغز استخوان به جریان خون) ، لخته خون در رگهای عمقی، عفونت و...از عوارض زودرس شکستگی هستند و تاخیر در جوش خوردن ، واکنش به وسایل پلاک گذاری و...از عوارض دیررس هستند

تشخیص: تشخیص بیماری بر اساس معاینه پزشکی بوده و در صورت نیاز عکس ، سی تی اسکن، ام ار آی و انجام می شود.

درمان: جا انداختن اندام شکسته ، گذاشتن کشش ، در صورت نیاز شستشوی زخم ، بخیه کردن و انجام می شود. برای جلوگیری از فشار بروی برجستگی استخوانی ، رفع خستگی ، زخم بستر، مرتب تغییر وضعیت بدهید و روی تخت چرخش داشته باشید.

