

## تعریف شکستگی چیست؟

به از هم گسیختگی بافت استخوانی شکستگی اطلاق می شود. شکستگی هنگامی رخ می دهد که فشاری بیش از حد ظرفیت و تحمل استخوان به آن وارد می شود.

## علائم محل شکستگی اندام را می شناسید؟

درد و حساسیت، ادم و دررفتگی (که تا چندین ساعت بعد از آسیب پیشرفت نمی کند)، پوست باز یا بسته ، رنگ پریدگی، سردی بافت های اطراف، کرختی و سوزن سوزن شدن، محدودیت و کاهش یافتن حرکات، کاهش دامنه حرکتی، دفرمیتی، کوتاهی عضو، کریپتوس (صدای جیرجیر مانند در استخوان همزمان با حرکت قطعات شکسته ی استخوان)، خونریزی، هماطوم، کبودی، ناول

## عوارض شکستگی چیست؟

**فوری:** شوک (به دلیل از دست دادن مقدار زیاد خون)، لخته شدن خون در اندام ها، (آمبولی ریوی) آزاد شدن لخته خون در ریه، سندرم کمپارتمان (مجموعه علائم که باعث آسیب به اعصاب عضو و فلج شدن می شود که با گزگز دست و عدم حس و حرکت، درد کنترل نشدنی مشخص می گردد. ، عفونت ، DIC (لخته شدن خون به صورت منتشر داخل رگها)

**تاخیری:** جوش نخوردن، دیر جوش خوردن، بد جوش خوردن ، واکنش نسبت به فیکساتور داخلی ، اختلاف طول عضو ، تشکیل غیرطبیعی استخوان



## تست های تشخیصی را می دانید؟

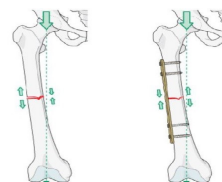
- گرفتن عکس رادیولوژی از محل شکستگی
- MRI: ارزیابی وضعیت شکستگی
- آرتروسکوپی: تشخیص شکستگی داخل مفصلی
- اسکن استخوان
- توموگرافی کامپیوتری (CT اسکن)
- آزمایشات خونی: شمارش کامل گلبولها و بررسی الکترولیت ها

## درمان چیست؟

**طبی:** بی حرکت کردن استخوان، جا اندازی بسته، استراحت، استفاده از بیخ (کمپرس سرد)، به کار بردن گچ، آتل، تراکشن

**داروها:** ضد دردها (مسکن ها)، شل کننده های عضلانی، بی حس کننده ها، آنتی بیوتیک برای شکستگی باز

**جراحی:** جا اندازی باز با استفاده از وسایل ثابت کننده داخلی، آرتروپلاستی و جایگزینی کامل مفصل با پروتز (پیچ و پلاتین)، قطع اندام برای جراحات شدید شکستگی، استفاده از فیکساتور خارجی



## علائم هشدار کدامند؟

۱- در صورت داشتن علائم سندرم کمپارتمان مثل درد کنترل نشدنی علی رغم و استفاده از مسکن، سریعاً به مراکز درمانی مراجعه کنید.

۲- علائم و شکایاتی را که باید به پزشک و پرستار گزارش شود:

**اختلال عصبی - عروقی اندام مبتلا:** کرختی، سوزن سوزن شدن، کاهش حرکت، سردی، رنگ پریدگی، کاهش پرشدگی مویرگی و کبودی و قرمزی

**عفونت:** تب، افزایش درد، تورم در محل شکستگی، ترشحات چرکی از گچ و یا پانسمان و بوی بد از پانسمان یا گچ

**آمبولی چربی:** درد سینه، تب، اضطراب و ایجاد راش بر روی شکم، گردن بازو و یا زیربغل

## از مراقبت از گچ چه می دانید؟

۱- در معرض هوا قرار دادن گچ تا خشک شدن کامل آن و رعایت وضعیت صحیح اندام جهت جلوگیری از بدشکل گیری گچ تازه.

۲- خیس نکردن یا برش ندادن گچ

۳- رعایت مدت زمان که باید گچ داشته باشید و گرفتن گرافی کنترلی و مراجعه بعدی به پزشک

۴- عدم راه رفتن روی سطوح مرطوب و لغزنده

۵- بالاتر قرار دادن اندام گچ گرفته بلندتر از سطح قلب

۶- عدم خاراندن زیر گچ با جسم تیز و استفاده از شوارب هوای سرد

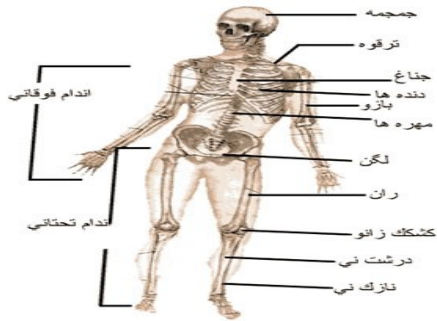
۷- پوشاندن لبه های تیز و دنداندار گچ با نوار چسب

بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی گیلان  
بیمارستان دکتر پیروز لاهیجان

## مراقبت در شکستگی اندامها را می دانید؟



آموزش به مددجو

آموزش سلامت بیمارستان دکتر پیروز لاهیجان

۱۴۰۳

PIROZ PAM. TPC. EDH

## رژیم غذایی در شکستگی را می دانید؟

- ۱- یک رژیم غذایی متعادل و سزشار از ویتامین ها، پروتئین ها، کربوهیدرات ها و مواد معدنی داشته باشید.
- ۲- این رژیم غذایی سبب تسریع در بهبودی و جلوگیری از کاهش وزن می شود.
- ۳- مصرف غذاهای غنی از کلسیم و ویتامین های A، C، B، D برای تسریع روند بهبودی استخوان و جلوگیری از هیپوکالسمی مهم می باشد.
- ۴- مصرف مایعات جهت جلوگیری از یبوست و حفظ تورگور پوست داشته باشید باید روزانه ۸-۱۰ لیوان مایعات مصرف کنید .



رفرنس: کتابهای آموزش خودمراقبتی، نصیری زاده، م (۱۳۹۲)

راهنمای سریع آموزش به بیمار، تهران، حیدری

شماره تلفن بیمارستان: ۰۱۳-۴۲۲۳۵۵۰۱-۳

نکات قابل توجه شما مددجوی گرامی:

۱-

۲-

- ۸- خشک نگه داشتن گچ و عدم پوشاندن آن با پلاستیک یا مشمع
- ۹- گزارش فوری علائمی مانند درد مداوم، تورمی که با بلند کردن عضو کاهش نیابد، تغییرات حسی، کاهش توانایی در حرکت انگشتان یا پنجه پا که گچ گیری نشده، تغییرات رنگ و درجه حرارت
- ۱۰- توجه به بوهای اطراف گچ و گزارش فوری به پزشک/پرستار
- ۱۱- گزارش فوری به پزشک/پرستار در صورت شکستن گچ

## داروها چگونه مصرف شوند؟

مقدار، زمان و روش مصرف هر یک از داروهای تجویز شده و عوارض جانبی و نحوه مصرف آنتی بیوتیک و زمان مصرف داروها رعایت گردد.

## فعالیت چگونه است؟

۱- حفظ بی حرکتی و عدم تحمل وزن در عضو آسیب دیده

۲- برنامه های بهبودی دو برابر مدت زمان بی حرکتی طول می کشد. بنابراین مدتی برای استفاده مجدد از عضو شکسته شده یا تحمیل دوباره وزن روی آن طول خواهد کشید. مثلا اگر عضوی ۶ هفته درون گچ بوده باشد، حداقل ۶ هفته دیگر، بیشتر برای بهبودی کامل عضو مبتلا، زمان لازم است.

۳- بالا نگه داشتن اندام و استعمال کیف آب سرد. از عضو آسیب دیده نباید بیش از حد استفاده کنید.

۴- استفاده از وسایل کمکی جهت راه رفتن مثل چوب زیر بغل، عصا و واگر ضروری است.