

شکستگی تنه استخوان ران

تهیه و تنظیم :

واحد آموزش

۱۴۰۱

شکستگی تنه استخوان ران:

استخوان ران از محکم ترین استخوان های بدن است و شکستگی آن نیاز به وارد شدن نیروی زیاد دارد. معمولاً این نیروها در حین تصادفات وسایل نقلیه و سقوط از ارتفاع می تواند به بدن وارد شود. علائم شکستگی ران :

- درد شدید ران که با فشار به محل شکستگی یا حرکت دادن اندام تحتانی بیشتر می شود.
- ناتوانی در حرکت دادن اندام تحتانی
- تغییر شکل اندام تحتانی به صورت کوتاه شدن و چرخش به بیرون و تورم ران
- گاهی اوقات لبه تیز قطعات شکسته شده رگ های خونی ران را پاره کرده و موجب خونریزی شدید در ناحیه می شوند. نتیجه آن از دست دادن مقادیر زیادی خون در داخل بافت عضلانی ران و تورم و کبودی شدید ران است.

تشخیص: تشخیص قطعی این شکستگی با استفاده از رادیوگرافی ساده داده می شود .

درمان: در شکستگی های ران معمولاً اقدام اول جراحی می باشد و طی آن استخوان های شکسته به هم وصل می شود که بهترین زمان آن ۴۸ ساعت اول بعد از آسیب است تا عوارض کاهش یابد . درمان غیر جراحی به صورت کشش و سپس گچ گیری است که گاهی اوقات یک پین پایین تر از ناحیه شکسته شده

قرار می دهند و حدود یک یا دوماه پای بیمار به وزنه متصل می شود که با این کار استخوان جابجا شده به جای اول خود باز می گردد. می توانید با استفاده از دست ها و گرفتن دستگیره بالای سر ، خود را روی تخت جابه جا کنید به این ترتیب عضلات بازو و شانه تقویت می شود و بعد ها راحت تر از وسایل کمکی برای حرکت استفاده می کنید.

جهت بهبودی استخوان های شکسته دخیالیات را کنار بگذارید و مصرف الکل را قطع کنید.

مراقبت های قبل از عمل :

- شب یا صبح قبل از عمل موهای ناحیه عمل تراشیده می شود.
- ناشتا بودن ۸ ساعت قبل از عمل الزامی است.
- داروهایی مانند آسپرین ، رقیق کننده های خون و داروهای ضدالتهاب باید از چند روز قبل از عمل مصرف نشود.

مراقبت بعد از عمل :

تسکین درد : با استفاده از مسکن طبق دستور پزشک و یا روش های آرام سازی و پرت کردن حواس و تغییر

خوردن و آشامیدن :

تا چند ساعت بعد از عمل نباید چیزی بخورید و بعد از چند ساعت پس از کسب اجازه از پرستار ابتدا چند قاشق آب به بیمار داده می شود و اگر تحمل کرد می توان به تدریج به او مایعات داد . بعد از این که رژیم غذایی برای بیمار شروع شد در صورت مبتلا نبودن به بیماری های خاص (قلبی ، تنفسی ، دیابت و...) از کلیه مواد غذایی می توان استفاده نمود .

برای بهبود بافت جدید باید ساخته شود که این نیاز به انرژی فراوان دارد و غذا باید سرشار از گلوکز ، چربی و پروتئین ، املاح و ویتامین ها باشد.

یبوست از عوارض بعد از عمل است که به دلیل کاهش حرکت و استفاده از مسکن ها رخ می دهد . آب کافی ، مصرف مواد غذایی حاوی فیبر از مله سبزیجات ، غلات ، میوه ، حرکت سریع تر و نرم کننده های مدفوع می تواند برای پیشگیری از یبوست مصرف شود .

خطر عفونت بعد از عمل :

- ممکن است پزشک معالج داروهای آنتی بیوتیک خوراکی برای شما تجویز کند . تا بعد از مرخص شدن از بیمارستان تا مدتی از آن ها 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 و حساسیت در لمس به پزشک مراجعه کنید.
- بعد از عمل جراحی ممکن است داروهایی داده شود تا از لخته شدن خون در پاها جلوگیری شود به این داروها داروهای رقیق کننده خون می گویند. استفاده از این داروها ممکن است تا چند هفته بعد از جراحی هم ادامه داشته باشد.

فیزیوتراپی:

- در اوقات بیداری ورزش های مربوط به عضلات پا را طبق نظر پزشک و فیزیوتراپی انجام دهید تا جریان خون بهتر شود.
- هرچه زودتر تحت نظر پزشک و فیزیوتراپ حرکات مفاصل زانو را شروع کنید . می توان از وسایل کمک حرکتی مانند پوب زیربغل و واکر استفاده کرد و محدودیت های توصیه شده برای فعالیت را رعایت کنید و به ناحیه عمل شده فشار وارد نکنید.
- تنفس عمیق و سرفه کردن به خروج ترشحات از ریه کمک می کند.
- دو الی سه هفته بعد از عمل جهت کشیدن بخیه حضور یابید.
- از روز سوم به بعد می توانید حمام بروید . بخیه ها را تمیز و خشک نگه دارید . تعویض پانسمان باید بعد از مرخص شدن در منزل توسط پرستار یا همراه بیمار که در بیمارستان آموزش دیده انجام شود.