



مرکز آموزشی و درمانی امیرالمؤمنین علی (ع)

مراغه

موضوع:

مراقبت در شکستگی استخوانی



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش

بهار ۱۴۰۱

توصیه می شود در صورتی که محدودیتی برای استفاده از مایعات وجود ندارد برای تسریع در دفع مدفوع و ادرار مایعات فراوان استفاده گردد.

باید بدانید که یکی از عوامل موثر که باعث اختلال در جوش خوردن شکستگی می شود سیگار است.

مصرف دخانیات باعث می شود که قطر سرخرگها کمتر شود و این تنگی عروق گذشته از عوارض زیادی که دارد باعث می شود که مواد غذایی و دیگر عوامل موثر در ترمیم شکستگی به محل جوش خوردگی کمتر برسد و در نتیجه شکستگی دیرتر جوش بخورد و یا اصلا جوش نخورد.



توصیه های مراقبتی:

خارج شدن از تخت با دستور پزشک انجام می شود و گاهی حضور فیزیوتراپ الزامی است و ممکن است به وسایل کمکی مانند عصا و واکر نیاز باشد.

توصیه می شود ورزش های ایزومتریک (انقباض عضله) و همچنین جابجایی در تخت به طور مرتب انجام گیرد.

بالا نگه داشتن عضو شکسته جهت کاهش ورم الزامی است.

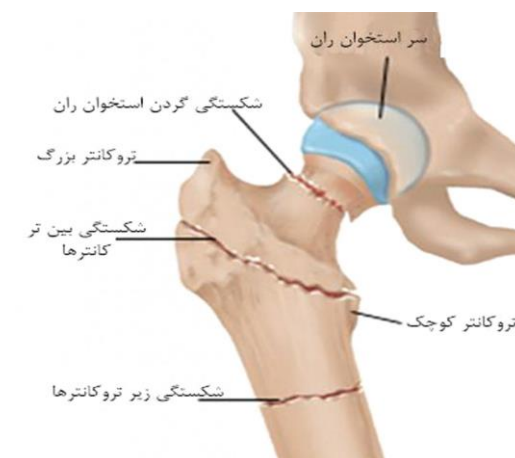
توصیه می شود برای تسریع التیام بافت نرم و استخوان، رژیم غذایی پرپروتئین و پرکالری مصرف شود و اگر بی حرکتی عضو طولانی است برای جلوگیری از بروز کمبود کلسیم طبق صلاحدید پزشک استفاده از غذاهای پرکلسیم (شیر و سایر لبنیات) توصیه می شود.



## شکستگی استخوانی

شکستگی استخوان از جمله مهمترین آسیبهای بدن است که به دنبال ضربه ایجاد می شود.

هر گونه تغییر شکل استخوان به دنبال ضربه شکستگی نامیده می شود به زبان دیگر اگر نیرویی که به استخوان وارد می شود بیشتر از حد تحمل آن بوده و بتواند شکل استخوان را تغییر دهد می گوئیم شکستگی ایجاد شده است. این تغییر شکل ممکن است به اشکال متفاوت ظاهر شده و با شدت و ضعف همراه باشد. گاهی شکستگی بسیار واضح است. در این حال ضربه موجب می شود استخوان به دو یا حتی چند تکه کاملاً جدا از هم تبدیل شود. گاهی شدت ضربه وارده به حدی است که موجب خرد شدن استخوان می شود. گاهی هم ممکن است شدت ضربه کمتر بوده فقط یک ترک مویی در استخوان ایجاد کند.



همچنین همراه با شکسته شدن استخوان به سایر بافت های اندام شکسته (مانند عضله ، عصب ، عروق و پوست و...) نیز آسیب وارد می شود که شدت آن گاهی کم و گاهی زیاد است و در مواردی اهمیت این آسیب ها از خود شکستگی بیشتر است.

**برای درمان شکستگی ها از روش های مختلفی بسته به محل و شکل شکستگی استفاده می شود که برخی از آنها عبارتند از:**

- ۱) جا انداختن بسته استخوان شکسته و ثابت کردن آن با استفاده از ثابت کننده های خارجی مانند گچ یا آتل
- ۲) جا اندازی باز با کمک وسایل فیکساتور داخلی نظیر وایر یا سیم پلاک ، میله ، پین نیل یا میخ پیچ و...
- ۳) جا اندازی و بی حرکتی از طریق فیکساسیون خارجی با استفاده از کشش.
- ۴) فیکساسیون داخلی و ترکیبی از موارد فوق مانند اکسترنال فیکساتور.

استخوان ها دارای ظرفیت فوق العاده ای برای ترمیم خودشان هستند و با درمان مناسب بیشتر شکستگی ها بدون هیچ عارضه ای بهبود خواهند یافت.

اما برخی شکستگی ها مشکلاتی در ترمیم دارند.

**به طور کلی عوارض شکستگی به دو دسته تقسیم**

**می شوند:**

۱) عوارض زودرس مانند آمبولی چربی ، ترومبوز ورید عمقی و عفونت.

عوارض دیررس مانند تاخیر در جوش خوردن ، جوش نخوردن و واکنش به وسایل فیکساسیون

**جهت مراقبت از محل دچار شکستگی باید موارد زیر را مد نظر داشت و در صورت بروز هر یک از علایم زیر باید به پرستار خود اطلاع دهید :**

- ❖ خونریزی از محل جراحی .
- ❖ درد شدید در اندامهای صدمه دیده که با ضد درد های معمولی تسکین نیابد .
- ❖ کبودی اندام.
- ❖ گزگز و مورمور در انتهای اندام.
- ❖ سردی در انتهای عضو گچ گرفته شده .
- ❖ بروز علائم مربوط به عفونت مانند تب و لرز، قرمزی و ترشح از محل زخم.
- ❖ بروز تنگی نفس و درد قفسه سینه.