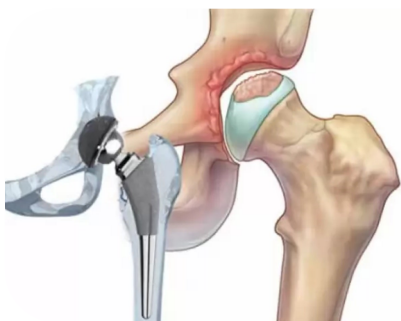




شکستگی گردن استخوان ران



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۹/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۹/۰۱

کد پمفلت: PA-۰۱-۱۰۱۰

شماره بازنگری: ۰۵

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت

تهیه کننده: بخش ارتوپدی- واحد آموزش سلامت

از جمع کردن پاها وران در شکم خودداری کنید. پاها را به سمت داخل نچرخانید. جهت استحمام حتما مکانی امن فراهم کنید (کف حمام لغزنده نباشد و بر روی صندلی بنشینید)

در چه صورتی به پزشک مراجعه کنید؟

در صورت بروز علائم زیر به پزشک مراجعه کنید:

درد- تب- خروج ترشح زیاد از محل عمل- تورم- قرمزی و گرمای موضعی



منابع:

<https://www.clinicalkey.com>

<https://medlineplus.gov>

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید بصورت رایگان همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)

تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰

وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

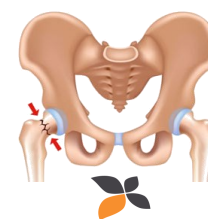
میکنید پاهای خود را بالاتر از سطح بدن نگه دارید. بالا نگه داشتن پاها میزان خون آنها را کم کرده و احتمال لخته شدن خون را کاهش میدهد.

- از درن و ایمپلنت های استفاده شده در بدن خود مراقبت کنید. پزشک در حین عمل لوله ای پلاستیکی درون زخم قرار می دهد تا خونریزی که ممکن است در محل جراحی باشد به بیرون هدایت شود و سه روز پس از عمل خارج می شود.

- روز پس از جراحی توسط یک فیزیوتراپ به شما آموزش داده می شود تا چطور بتوانید در تخت یا روی صندلی بنشینید و چطور توسط عصای زیر بغل یا واکر راه بروید یا چطور اندام ها و مفاصل پای خود را حرکت بدهید.

- تا یک سال احتمال دررفتگی پروتز وجود دارد و نباید پا به داخل چرخیده شود. شما باید فقط از توالی فرنگی استفاده کنید. حتما برای نشستن از صندلی استفاده کنید و از نشستن بر روی دو زانو و یا چهار زانو زدن بپرهیزید.

- پس از جوش خوردن شکستگی باید نرمش های خاصی را برای تقویت عضلات لگن انجام دهید.



مددجوی گرامی:

با آرزوی سلامتی برای شما

این مطالب به منظور آشنایی با شکستگی گردن استخوان ران و مراقبت های لازم بعد از آن تهیه شده است. امید است با مطالعه آن قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.



شکستگی گردن استخوان ران:

استخوان ران از محکم ترین استخوان های بدن است که گاهی در اثر تصادف و یا سقوط از ارتفاع شکستگی ایجاد می شود.

شکستگی گردن استخوان ران یک مشکل عمده و یک شکستگی شایع در افراد مسن می باشد که اغلب با عوارض مهم و ناتوان کننده ای همراه است.

بلافاصله پس از وارد آمدن آسیب عضو را بی حرکت نمایید. لازم است برای جلوگیری از وارد آمدن آسیب به بافت نرم از آتل استفاده نمود. معاینه باید توسط پزشک ارتوپد انجام شود.



شکستگی گردن استخوان ران چه علائمی دارد؟

* درد و ناتوانی در راه رفتن

* تورم و حساسیت به لمس

تشخیص شکستگی استخوان ران:

تصویر برداری برای دیدن وضعیت استخوان ها قبل و پس از عمل انجام می شود.

درمان غیر جراحی:

- معمولا از تراکشن (کشش پوستی) استفاده می شود.

درمان جراحی:

- استفاده از پیچ و یا پروتز

نکات خود مراقبتی پس از عمل جراحی:

- پس از عمل گاهی احساس گیجی و خواب آلودگی وجود دارد که این وضعیت به علت داروهای بیهوشی است و کم کم برطرف می شود.

- رژیم غذایی خود را می توانید پس از عمل جراحی شروع کنید و با کسب اجازه میتوانید از مایعات به مقدار کم استفاده کنید.



- در چند روز اول پس از جراحی در محل جراحی، درد احساس می کنید که با خوردن داروی مسکن کاهش می یابد و پس از ترخیص می توانید طبق نظر پزشک از مسکن خوراکی استفاده کنید.

- پس از عمل جراحی، محل زخم جراحی بخیه شده و پانسمان می شود که روزانه باید با روش استریل تعویض شود. پانسمان در مرکز درمانی تعویض شود و از نظر عفونت کنترل شود.

- از دستکاری محل جراحی و خیس شدن پانسمان خودداری کنید.

- یکی از عوارض شکستگی لخته شدن خون در رگ های عمقی ساق است و علائم مانند: درد در پشت ساق و قرمزی در پشت ساق پا، تورم ساق پا یا ران دارد که لطفا جهت پیشگیری از این عارضه از داروهای تجویزی پزشک (داروهای ضد انعقاد یا رقیق کننده خون) به طور منظم استفاده کنید.

- از جوراب واریس دو طرفه استفاده کنید. این جوراب های واریس به مدت ۲ الی ۶ هفته در پاها استفاده می شوند و هدف از آن کم کردن میزان خون باقی مانده در وریدهای ساق است.

در یکی دو هفته اول بعد از جراحی، هر زمان استراحت

