

تعریف شکستگی استخوان فمور (ران):

شکستگی استخوان ران صدمه جدی است که همراه با مشکلات فراوان است. هر چقدر بیمار مسن تر باشد، عوارض ناشی از شکستگی بیشتر است. در بیمارانی که مسن به دلیل پوکی استخوان، مصرف داروهای گوناگون، ضعف بینایی و عدم تعادل، احتمال افتادن را بیشتر می‌کند.

در بیشتر موارد برای درمان شکستگی نیاز به جراحی و بازسازی مفصل می‌باشد.

عوارض بیماری: ناتوانی در حرکت پاها - بد جوش خوردن اندام و بد شکلی - کبودی و خونریزی - بی حسی اندام مبتلا - آمبولی ریوی - مرگ و میر

درمان بیماری:

در بدو ورود درمان طبی گاهی کشش پوستی یا آتل گیری برای کاهش اسپاسم عضلات، ثابت کردن اندام و تسکین درد بکار گرفته می‌شود. درمان جراحی بسته به نوع شکستگی و صلاحدید پزشک انجام می‌شود.



مراقبت پس از عمل جراحی

- ❖ بلافاصله بعد از به هوش آمدن یا از بین رفتن بی حسی پاها انقباض عضلات ران و ساق پا و تنفس عمیق و سرفه خودبه خودی را شروع کنید.
- ❖ زیر مچ پای عمل شده یک بالش کوتاه قرار دهید.
- ❖ یک الی دو ساعت بعد از عمل در صورت هوشیاری کامل با اجازه ی پرستار میتوانید رژیم غذایی مایعات و سپس در صورت تحمل و اجازه ی پرستار رژیم غذایی جامدات را شروع کنید.
- ❖ بعد از جراحی، خروج از تخت و شروع راه رفتن با دستور پزشک می‌باشد. از واکر یا عصا میتوانید استفاده کنید.
- ❖ در صورت داشتن درد قبل از خروج از تخت به پرستار خود اطلاع داده تا طبق دستور پزشک مسکن تزریق شود.
- ❖ بعد از گرفتن مسکن ۳۰ تا ۶۰ دقیقه جهت اثر بخشی دارو صبر کنید به علت اینکه بعضی از مسکن ها باعث افت فشار خون و ضعف و بی حالی می‌شوند، جهت حفظ ایمنی بلا فاصله پس از تزریق مسکن از تخت خارج نشوید.
- ❖ قبل از خروج از تخت مطمئن باشید چرخهای تخت قفل می‌باشد.
- ❖ سر تخت را تا زاویه ۴۵ درجه بالا بیاورید.
- ❖ چند دقیقه در تخت بنشینید.
- ❖ پاهای خود را از تخت آویزان کنید.

- ❖ در صورت داشتن سرگیجه، خشکی دهان، سیاهی رفتن چشم به پرستار اطلاع دهید.
- ❖ بدون کمک گرفتن از دیگران از تخت خارج نشوید.
- ❖ در صورتیکه در راه رفتن احساس سرگیجه کردید بنشینید.
- ❖ از تمیز و خشک بودن کف اتاق مطمئن باشید.
- ❖ اطمینان حاصل کنید که از دمپایی مناسب جهت راه رفتن استفاده می‌کنید و لغزنده نمی‌باشد.
- ❖ در اوقات بیداری ورزشهای مربوط به عضلات پا را طبق نظر پزشک و فیزیوتراپی انجام دهید تا جریان خون بهتر شود.
- ❖ اگر گیج یا خواب آلود هستید از تخت خارج نشوید.
- ❖ به ناحیه عمل شده فشار وارد نکنید (شروع حرکات و فیزیوتراپی را پزشک مشخص می‌کند).
- ❖ از توالت فرنگی استفاده کنید.
- ❖ برای پیشگیری از لخته شدن خون، بعد از جراحی نیاز به مصرف داروی ضد انعقادی طبق دستور پزشک می‌باشد.
- ❖ اجازه ی استحمام بعد از جراحی، با نظر پزشک داده می‌شود. (از پزشک خود سوال کنید) تا زمان ترمیم زخم و مجوز پزشک به محل زخم نباید آب و کف برسد.



دانشگاه علوم پزشکی دزفول
بیمارستان بزرگ دزفول (دکتر گنجویان)
راهنمای بیمار و خانواده

خودمراقبتی شکستگی ران و لگن



بازنگری زمستان ۱۴۰۱

دفتر آموزش سلامت همگانی

تلفن پیغامگیر آموزش سلامت: ۰۶۱-۴۲۴۲۷۱۵۰

تلفن بیمارستان: ۰۶۱-۴۲۴۲۲۰۴۱-۹

آدرس سایت: <http://ghospital.dums.ac.ir>

تأیید پزشک متخصص

کد: ۲۳

علائم هشدار دهنده

در چه صورتی باید بعد از عمل و ترخیص به پزشک مراجعه نمود:

- ❖ تنگی نفس یا درد در هنگام تنفس و دم (داخل شدن هوا به ریه ها)
- ❖ تب (دمای بالاتر از ۳۸ درجه)
- ❖ خونریزی زیاد از محل زخم (ترشحات کم خونابه ای در چند روز اول طبیعی میباشد)
- ❖ درد شدید، درد زیاد شونده
- ❖ قرمزی، تورم یا ترشح در پا یا اطراف محل برش زخم
- ❖ ناتوانی در حرکت دادن پا
- ❖ وجود ترشح بدبو، چرکی زرد و قهوه ای در محل زخم و پانسمان

با آرزوی بهبودی و سلامتی شما

مشاور علمی: دکتر عبدالکریم طاهر دباغ (جراح ارتوپد)

منبع: برونر سوارث

تهیه کننده: خانم آرین (سرپرستار بخش ارتوپدی)

بازنگری: الهه جرجانی (سوپروایزر آموزش سلامت)

تعویض پانسمان ناحیه عمل روزانه یا یک روز در میان بعد از ترخیص طبق دستور پزشک مشخص می شود. پانسمان را به روش استریل و در مراکز درمانی و یا در منزل توسط افراد آموزش دیده تعویض کنید. ❖ ادامه درمان در منزل با انٹی بیوتیک خوراکی و مسکن است. (دوره درمان را کامل کنید)

جهت ادامه درمان طبق نظر پزشک عمل کنید (زمان مراجعه بعدی را پزشک مشخص می کند)

در طول دوران بهبودی از انجام کارهای سنگین خانه که باعث خستگی و فشار آمدن بر پای عمل کرده می شود جداً خودداری کنید.

رژیم غذایی:

جهت تسریع در بهبودی مواد غذایی زیر را مصرف نمایید: مصرف شیر کم چرب، ماهی و سویا و میوه های حاوی فیبر

از مصرف مواد زیر پرهیز کنید:

سیگار - شکر - نمک - گوشت قرمز

