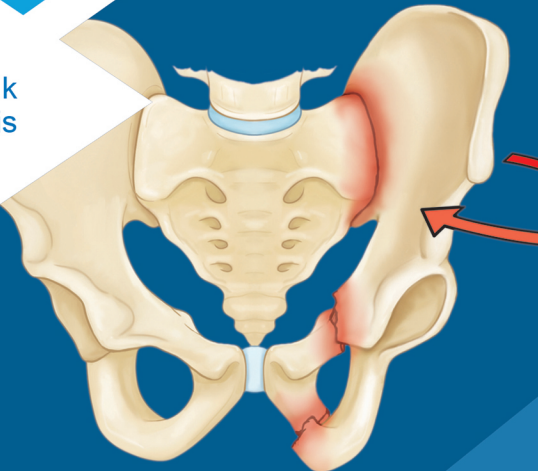


# مراقبت های لازم قبل و بعد از عمل در شکستگی های لگن و فمور

Break  
the pelvis



## علائم خطر

در صورت بروز هر یک از علائم زیر با پزشک خود تماس بگیرید:

«تنفس کوتاه یا درد سینه هنگام تنفس

«تکرر یا سوزش ادرار

«قرمزی، سوزش یا خونریزی از محل برش زخم

«ورم یا گرمی یا قرمزی در یکی از پاها

«تب بالای ۳۸ درجه به مدت ۱-۳ هفته پس از جراحی

«دردی که توسط مسکن ها کنترل نمی شود

«خونریزی از بینی یا وجود خون در ادرار یا مدفوع در

صورت استفاده از داروهای ضد انعقاد.



«در هنگام بالا رفتن از پله ابتدا پای سالم سپس پای جراحی شده و برای پایین آمدن ابتدا پای جراحی شده سپس پای سالم را بلند کنید.

«بلندی تختی که بر روی آن استراحت می کنید به اندازه ای باشد که در هنگام نشستن بر روی لبه آن پاها به زمین رسیده و تشک آن باید سفت باشد.

«هرگونه سیم و وسایل اضافی را از اطراف خود جمع آوری نمایید.

«قبل و بعد از عمل با انجام دادن تنفس های عمیق و سرفه به بهبود وضعیت ریه ها کمک می کنید. با خوردن مایعات و غذا های حاوی فیبر فراوان ( مانند میوه و سبزیجات) از یبوست پیشگیری نمایید.

«هنگامی که در بستر هستید یک بالش بین پاهای خود قرار دهید.

«هنگام نشستن قسمت لگن پایین تر از زانو ها قرار نگیرید.

«هنگام برخاستن از روی صندلی از سمت پای سالم بلند شوید.

«بعد از گذشت ده روز از زمان جراحی در صورت تأیید پزشک بخیه ها برداشته می شود.

## شکستگی استخوان های لگن و فمور

استخوان فمور بلندترین و قویترین استخوان بدن است و در صدمات استخوانی، مشکلات عصبی-عروقی و کنترل درد مهمترین شکایت در بیماران بخش ارتوپدی است. شکستگی لگن دومین شکستگی شایع در کشور است که از نظر خطر جانی در رتبه اول شکستگی ها قرار دارد.

### علائم

درد شدید

عدم توانایی در حرکت دادن پا

بدشکلی

ورم

پای آسیب دیده کوتاه تر از پای سالم

### محل های شایع شکستگی

هیپ

شفت

سوپراکنیدیل

### روش های درمانی

شکستگی هیپ

در افراد مسن جایگزین کامل مفصل، در بچه ها و جوانترها استفاده از پین (عبور دادن پیچ های متعدد از محل شکستگی)

شکستگی شفت

قرار دادن میله ای در داخل کانال مغز استخوان، استفاده از پیچ و پلاتین، قرار دادن ثابت کننده ها در بیرون ران

شکستگی سوپراکنیدیل

گچ گیری، آتل، ثابت کننده های بیرونی، استفاده از پیچ و پلاتین، قرار دادن میله ای در داخل کانال مغز استخوان.

## عوامل خطر ساز شکستگی لگن

سن ۶۵ یا بالاتر

زن بودن

سابقه شکستگی در خانواده یا ساختار استخوانی کوچک و نحیف

مصرف یا جذب کم کلسیم

التهاب مفاصل، اشکال در تعادل یا دید

ناتوانی ناشی از دمانس ( زوال عقل) پیری یا داروها

### مراقبت از زخم در منزل

بنا به شدت شکستگی و میزان آسیبی که به عروق اعصاب ناحیه وارد شده بین ۳-۶ ماه دوره درمان طول می کشد. پس از گذشت ۵-۷ روز از عمل می توانید دوش گرفته ولی به نکات زیر توجه نمایید:

« در صورت داشتن گچ، آتل یا ثابت کننده های بیرونی برای جلوگیری از خیس شدن، آن را با پلاستیک بپوشانید. محل بخیه ها به آرامی با آب و صابون تمیز شستشو داده شود. از مالیدن هر گونه کرم یا پماد چرب کننده بر روی محل زخم پرهیز شود.

« جهت جلوگیری از سرخوردن و افتادن هنگام استحمام بر روی صندلی بنشینید. پانسمان روزانه تعویض گردد.

« در صورت قرمز شدن محل زخم، داشتن ترشح یا باز شدن بخیه ها به پزشک مراجعه نمایید.

« برای داشتن تعادل مناسب از حمل وسیله با دست خودداری شود.

« وسایلی را که در طول روز به آنها نیاز دارید در نزدیکترین محل دسترسی قرار دهید.

« بالا و پایی رفتن از پلکان بیشتر از یک یا دو بار در روز توصیه نمی شود.

