



شکستگی استخوان

گروه هدف: بیمار و همراهان



تاریخ تدوین: ۹۶/۱/۱۵

تاریخ بازنگری: ۹۸/۸/۱۵

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۰/۱/۱۵

شماره بازنگری: ۱

شماره سند: ۵۱p-pH

واحد آموزش به بیمار

بیمارستان و زایشگاه خیریه جوادالائمه (ع)

توصیه های تغذیه ای:

مصرف لبنیات کم چرب (شیر و ماست، پنیر و کشک).
در این مورد اضافه کردن چای، پودر نسکافه، پودر کاکائو و قهوه نیز از جذب شدن کلسیم جلوگیری میکند.

شربت های کاهش دهنده اسید معده مانع جذب کلسیم می شود.

نوشابه های گاز دار مانع از جذب کلسیم شده باید تا حد امکان از مصرف آن ها خودداری کرد.

استعمال دخانیات و مصرف الکل برای همه در هر سنی شرایطی نیز مضر بوده و از جمله عوارض تشدید پوکی استخوان است.

ویتامین D با افزایش جذب کلسیم از پوکی استخوان جلوگیری می کند و برای تامین آن باید هرروز در برابر نور خورشید مستقیم قرار گرفت. (تابش نور خورشید از پشت شیشه اثری ندارد).

منابع: ارتوپدی - برونر سوارث

WWW.ONIM.NIH.GOV/MEDLINPLUS

آدرس: مشهد - خیابان طبرسی - حد فاصل میدان و چهارراه مقدم - بیمارستان و زایشگاه خیریه جوادالائمه (ع)

تلفن: ۰۵۱-۳۳۶۸۲۱۳۵-۷

نشانی سایت: www.jmhc.ir

عوارض شکستگی ها

عوارض اولیه شامل:

شوک، سندرم آمبولی چربی

عوارض تاخیری شامل:

تاخیر در جوش خوردن، جوش نخوردن، بد جوش خوردن.

این علائم نشان دهنده بروز عوارض اولیه شکستگی می باشد: درد و تورم زیاد که به مسکن های معمول جواب نمی دهد و با بالا نگه داشتن کنترل نمی شود.

بی قراری، تحریک پذیری، تغییرات شخصیتی، گیجی، تند نفس کشیدن، درد عمیق، ضرباندار و غیر قابل کنترل که با مخدر ها نیز تسکین نمیابد.



شکستگی چیست:

شکستگی اشکال در تداوم استخوان است که براساس نوع وسعت آن تعریف می شود. شکستگی زمانی اتفاق می افتد که استخوان بیش از حد تحمل خود تحت فشار قرار بگیرد. شکستگی به دو دسته کلی شکستگی ناقص و شکستگی کامل تقسیم می شود. در شکستگی کامل کل عرض استخوان دچار شکستگی می شود و با جا به جایی استخوان همراه است در شکستگی ناقص فقط قسمتی از عرض استخوان دچار شکستگی می شود.

علائم بالینی شکستگی:

درد، کاهش عملکرد، تغییر شکل، کوتاهی اندام، صدای خش خش که در اثر اصطکاک دو قطعه استخوان بر روی هم ایجاد می شود. تورم موضعی، تغییر رنگ.

شکستگی چگونه ایجاد می شود؟

تشخیص شکستگی ها از روی علائم بالینی و گرفتن عکس رادیوگرافی می باشد.



درمان شکستگی ها:

درمان شکستگی ها به دو دسته اقدامات اورژانسی و درمان قطعی تقسیم بندی می شود:



در درمان اورژانسی: بلافاصله بعد از صدمه اگر وجود شکستگی مشکوک باشد بی حرکت کردن آن قسمت از بدن قبل از انتقال بیمار اهمیت دارد.

درمان قطعی: اصول درمان قطعی شستگی ها عبارتند از جا انداختن و بی حرکت کردن و به دنبال آن باز گرداندن عملکرد و قدرت اندام از طریق بازتوانی.



مراقبت های پرستاری در شکستگی ها:

- بالا نگه داشتن عضو شکسته و کمپرس سرد برای کنترل تورم
- جهت کنترل درد در محدوده مجاز تحرک کافی داشته باشید.
- در صورت درد و بی قراری از مسکن های تجویز شده استفاده شود.
- کنترل علائم عفونت شامل تب قرمزی تورم گرمی محل شکستگی در شکستگی های باز.
- رعایت رژیم غذایی مناسب.

