



دارای گواهینامه درجه یک عالی اعتبار بخشی ملی و

استاندارد ایزو ۹۰۰۱ در مدیریت کیفیت

آموزش به بیمار

مراقبت از عضو دارای شکستگی

(جراحی، آتل و گچ)



تنظیم و هماهنگی: واحد بهبود کیفیت، آموزش و پژوهش

بیمارستان امام حسین (ع)

مشهد مقدس، خیابان شهید مفتاح، خیابان وحید، وحید ۳

تلفن: ۳۲۷۸۷۰۰۱

مراجعه کننده‌ی گرامی در صورت بروز هر گونه سوال و ابهام در رابطه با آموزش‌ها می‌توانید با شماره تلفن "۳۲۷۸۷۶۶۵" کلینیک پرستاری آموزش سلامت تماس بگیرید. کارشناسان ما در این کلینیک روزهای اداری از ساعت ۷:۰۰ تا ۱۳:۰۰ پاسخگوی شما می‌باشند.

شماره بازنگری: ۶

شماره سند: ۷۵۳۰ ف

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۴/۱۲/۰۲ تاریخ آخرین ابلاغ: ۱۴۰۲/۱۲/۰۷

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۱۲

دقت کنیم که:

اگر بیمار آتل نوع گچی استفاده می‌کند در هنگام حمام کردن باید عضو گچ گرفته در پلاستیک پیچیده شود تا از خیس شدن آن جلوگیری گردد.

اگر عضوی دارای گچ است چه کارهایی نباید انجام داد؟

تا زمانی که پزشک معالج اجازه نداده، با پای گچ گرفته راه نروید.
استفاده از دولایه پوشش پلاستیکی می‌تواند مانع از خیس شدن گچ شود.
هیچ گاه از پودر تالک یا مواد معطر کننده بر روی عضو گچ گرفته یا داخل آن استفاده ننمایید.

در ابتدای استفاده از گچ برای زودتر خشک شدن آن از سشوار یا وسایلی مانند آن استفاده نگرید.

از خاراندن عضو در ناحیه گچ گرفته خودداری شود زیرا به وجود آمدن خراش می‌تواند باعث عفونت در ناحیه پوست شود.

در صورت خیس شدن داخل گچ از سشوار می‌توان استفاده کرد.

بدون دستور پزشک از کوتاه نمودن گچ یا اضافه کردن پنبه در داخل آن خودداری نمایید.

در چه مواردی باید به پزشک مراجعه نمود؟

- در صورت وجود دردی که با مسکن یا بالا نگه داشتن عضو باز هم بهبود نمی‌یابد.
- تغییر رنگ پوست، به رنگ آبی یا خاکستری شدن انگشتان و یا اینکه قادر به تکان دادن انگشتان خویش نباشید.
- شل بودن بیش از حد گچ، سفت بودن بیش از حد گچ و یا شکستن گچ

- احساس سوزن سوزن شدن یا سرد بودن انگشتان
 - بروز زخم و تاول در پوست زیر گچ یا اطراف گچ
 - استشمام بوی بد یا خروج ترشح چرکی، آبکی یا خونی از زیر گچ
- سست شدن یا گشادی گچ نسبت به قبل

باز کردن آتل و گچ:

در صورت داشتن آتل از باز و بسته کردن آن خودداری کنید مگر اینکه پزشک اجازه بازکردن آن را داده باشد.

زمان دقیق باز کردن گچ را پزشک مشخص می‌کند، به هیچ عنوان خودسرانه گچ را باز نکنید. برای باز کردن گچ از اره‌های مخصوص استفاده می‌شود.

بعد از باز کردن گچ ممکن است، اندام لاغر وضعیف شده باشد با تمریناتی که پزشک به شما می‌دهد به زودی شکل و قدرت اولیه اندام برمی‌گردد پس نگران نباشید.

مراجعه کننده‌ی گرامی در صورت نیاز می‌توانید سایر مطالب آموزشی مورد نیاز خود را از طریق اسکن کد QR مشاهده نمایید.



منابع:

- medlineplus.gov

مددجوی گرامی، پمفلت زیر حاوی نکات آموزشی عمومی در رابطه با شرایط و بیماری فعلی شما می‌باشد. لطفا مطالب را مطالعه نموده و در صورت داشتن ابهام، سوالات خود را از پزشک و پرستار بپرسید.

شکستگی استخوان از جمله مهمترین آسیب‌های بدن است که به دنبال ضربه ایجاد می‌شود. هر گونه تغییر شکل استخوان به دنبال ضربه، شکستگی نامیده می‌شود. تغییر شکلی که به دلیل شکستگی در استخوان‌های بدن ایجاد می‌شود، به اشکال متفاوت ظاهر شده و با شدت و ضعف همراه است. گاهی درد بسیار زیاد بوده و گاهی فرد اصلا متوجه شکستگی نمی‌شود.

علائم شکستگی: تورم استخوان، درد شدید، ورم

تشخیص:

در هر حال بعد از مراجعه به پزشک و ارائه شرح حال، پزشک عضو آسیب دیده را معاینه کرده و در صورت صلاحدید گرافی، CT، MRI، اسکن و یا ... برای شما درخواست می‌کند. در صورت تایید شکستگی ممکن است جراحی، گچ یا آتل برای شما پیشنهاد شود.

مراقبت از عضو جراحی شده بعد از شکستگی:

بعد از جراحی شکستگی استخوان، پزشک محل جراحی را پانسمان خواهد کرد. طبق دستور این پانسمان باید در شرایط بهداشتی، تعویض شده و در زمان مشخص به پزشک مراجعه کرد.

دارو:

بعد از جراحی شکستگی استخوان ممکن است داروهایی مانند مسکن، مکمل و ضد انعقادها برای شما تجویز شود. این داروها با اهداف تسکین درد، تقویت استخوان‌ها و پیشگیری از لخته شدن خون برای شما تجویز می‌شود. لطفا طبق دستور پزشک داروها را مصرف نموده و کاملا از نحوه، میزان، زمان مصرف و اثرات و عوارض داروها از پزشک و پرستار خود آموخته و آگاه باشید.

فعالیت:

در جراحی اندام تحتانی، حتما طبق نظر و با دستور پزشک می‌توانید راه بروید. گاهی اوقات طبق دستور پزشک واکر یا عصا در روزهای اول توصیه

می‌شود. در برخی موارد نیز راه رفتن و برخاستن اولیه از تخت، نیازمند حضور فیزیوتراپ و راه اندازی با کمک همکاران می‌باشد. ضمنا جهت برخاستن از تخت بعد از جراحی نباید به یکباره از تخت برخاست و باید با کمک پرستاران و انجام راهنمایی‌های آنان، جهت بلند شدن و راه رفتن اقدام نمود.

با راه رفتن احتمال بروز زخم بستر و لخته شدن خون را به حداقل می‌رسانیم. در مواردی که پزشک دستور فیزیوتراپی داده است، لطفا همکاری لازم را با فیزیوتراپ داشته و تمرینات بدنی را به خوبی تمرین کنید. در صورتی که شکستگی در اندام فوقانی رخ داده باشد، بعد از جراحی حتما زمان راه رفتن و فعالیت دقت کافی را داشته باشید. دست‌ها و اندام فوقانی نقش زیادی در حفظ تعادل و پیشگیری از آسیب در زمان سقوط افراد دارند.

مراقبت از عضو گچ گرفته شده یا بسته شده با آتل

هنگامی که یکی از استخوان های بدن می‌شکند استفاده از گچ سبب می‌شود عضو ثابت نگه داشته شده و از فشار آمدن بر عضو جلوگیری می‌نماید. گچ یا آتل یک پوشش محافظ سخت و محکم است که بر روی یک لایه نرم پنبه قرار گرفته و کاملا شکل اندام را به خود می‌گیرد. گاهی در صورت وجود تورم شدید اولیه، در ابتدا آتل بندی انجام شده و پس از چند روز با کاهش تورم اندام، گچ گیری انجام می‌شود، زیرا آتل کاملا دور تا دور اندام را نمی‌گیرد و مثل یک نیمه گچ عمل می‌کند. در ابتدای استفاده، گچ که هنوز خیس می‌باشد سنگین به نظر می‌آید که بعد از خشک شدن (حدود ۲۴ تا ۴۸ ساعت بعد) سبک‌تر می‌شود.

تذکر: مددجوی گرامی در صورتی که درد غیرقابل تحمل، گزگز و ورم اندام انتهایی در آتل داشتید، حتما به پزشک مراجعه کنید.

انواع گچ:



دو نوع گچ وجود دارد :

گچ فایبر گلاس(پلاستیکی) که سبک‌تر و قابل انعطاف‌تر از انواع سنتی می‌باشد. گردش هوا در این مدل بیشتر از سایر انواع بوده و برای عکس گرفتن از استخوان (رادیو گرافی) واضح‌تر است.

و نوع دوم گچی که در بعضی موارد برای استفاده راحت‌تر بوده و هزینه کمتری دارد.

برای کم شدن ورم عضو گچ گرفته چکار باید کرد؟

بالا نگه داشتن عضو گچ گرفته: در ۲۴ تا ۷۲ ساعت اول باید عضو را حتی در موقع خواب به کمک چند عدد بالشت بالا نگه داشت. بالشت‌ها را طوری قرار دهید که کل قسمت گچ گرفته شده به آن تکیه کند.



حرکت دادن عضو: حرکت انگشتان دست یا پا برای کم شدن ورم موثر است. استفاده از یخ: در موارد آتل به کار بردن یخ که در پارچه نازکی پیچیده شده باشد هر ۲ ساعت به مدت ۲۰ دقیقه و به صورت غیرممتناوب بسیار موثر است. از قرار دادن یخ بر روی پوست به طور مستقیم خودداری شود.

درمان خارش در عضو گچ گرفته:

احساس خارش خفیف در پوست زیر گچ طبیعی است، ولیکن برای کم کردن این خارش می‌توان راهکارهای زیر را به کار برد:

- استفاده از باد سرد سشوار بر روی محل خارش
- استفاده از یخ پیچیده شده در چند لایه پارچه بر روی محل خارش
- استفاده از داروهای ضد خارش طبق تجویز پزشک