



« بسمه تعالی »

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی گیلان

مرکز آموزشی - درمانی پورسینا

مراقبت های اولیه در

شکستگی ساعد

(آنچه همراهان باید بدانند)



تهیه و تنظیم : ارتوپدی یک
زیر نظر سوپروایزر آموزشی
بهار ۹۲

شکستگی استخوان ساعد

استخوان های ساعد از بالا به آرنج و از پایین به مچ دست متصل است و شامل دو استخوان زند زیرین و زند زبرین می باشد .

علائم شکستگی ساعد

درد ، تورم و زاویه دار شدن یا تغییر شکل یا کوتاه شدن اندام .

علل شکستگی ساعد

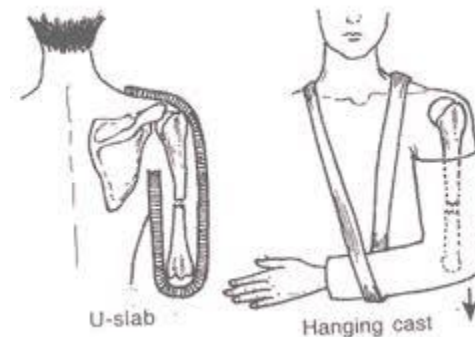
شکستگی ساعد معمولاً بر اثر افتادن روی بازوی باز یا ضربه مستقیم روی آن ایجاد می شود .

درمان

ابتدا ساعد را با بانداژ کردن توسط یک آتل که بازوی مبتلا را هم در بر گیرد ، بی حرکت می کنند در صورت تشخیص پزشک معالج گاهی با یک گچ گیری ساده طوری که شانه و انگشتان آزاد باشند طی چند ماه بهبود می یابند اما در صورتی که پزشک شما تشخیص بدهد که نیاز به استفاده از پلاک دارد راه درمان در شکستگی ساعد جراحی می باشد .

آیا می دانید بعد از جراحی پلاک گذاری ساعد به چه نکاتی توجه کنید ؟

- تسکین درد : برای کاهش درد ناحیه ساعد کیف یخ را بطور متناوب روی ناحیه عمل شده بگذارید .
- برای کاهش تورم پس از عمل با یک عدد بالش دست را بلندتر از سطح بدن و قلب قرار بدهید .



- به علائمی مثل عفونت که با درجه حرارت بالای بدن ، قرمزی ، تورم و خارج شدن ترشحات چرکی از زخم می باشد باید توجه شود و سریعاً به پزشک مراجعه شود .

- داروهای آنتی بیوتیک که پزشک تجویز کرده باید سر ساعت مصرف شود .

- درمان باید پیگیری شود و پس از مرخص شدن از بیمارستان در زمان مشخص شده به پزشک خود مراجعه شود .



- رژیم غذایی سرشار از ویتامین C و آهن مثل گوشت قرمز ، ماهی ، مرکبات ، لبنیات در بهبود زخم و جوش خوردن استخوان موثر است .

- فعالیت هایی مثل غذا خوردن ، حمام کردن ، لباس پوشیدن نیاز به کمک دارد ، به تنهایی این کارها را انجام ندهند .

- ممکن است جهت برگشتن مجدد دست به حالت قبل نیاز به انجام فیزیوتراپی برنامه ریزی شده باشد که حتماً باید اجرا شود .

- زخم و پانسمان باید تمیز و خشک باشد و تا زمانی که پانسمان نیاز دارد باید توسط افراد با تجربه و به روش استریل انجام شود . هرکسی نباید پانسمان زخم را باز کند زیرا خطر عفونت وجود دارد .

- برای اینکه جریان خون در دست بهتر باشد انگشتان را مداوم باز و بسته کنید .

- در صورت محکم بودن پانسمان و بانداژ دور دست که انگشتان قادر به حرکت نباشند به پزشک مراجعه کنید .

- هر گونه بی حسی ، گرم شدن ، سرد شدن و درد در دست را اطلاع دهید .

