



« بسمه تعالی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی گیلان

مرکز آموزشی - درمانی پورسینا

# پارگی ها

( آنچه همراهان باید بدانند )



تهیه و تنظیم : محدثه پورتوسلی ، فاطمه وفاجو

زیر نظر سوپروایزر آموزشی

بهار ۹۲

## پارگی تاندون چهار سر ران

معمولاً در بیمارانی با سن بیشتر از ۴۰ سال اتفاق می افتد .

**مهم ترین علت ها :** التهاب تاندون که ممکن است بر اثر مصرف استروئیدها ایجاد شود ، دیابت ، نارسایی مزمن کلیه .

**علائم :** احساس صدای ناگهانی در موقع انقباض عضله ، درد در محل صدمه ، ناتوانی یا اشکال در تحمل وزن .

**درمان غیر جراحی :** در پارگی های ناکامل ، زانو تقریباً برای ۴-۶ هفته به صورت مستقیم بی حرکت می شود . فیزیوتراپی برای به دست آوردن قدرت و حرکت لازم است .

**درمان جراحی :** برای پارگی های کامل جهت ترمیم کاربرد دارد .



## پارگی های دست و انگشتان : پارگی تاندون های خم

کننده و باز کننده انگشتان با چند مکانیسم صورت می گیرد :

۱. کشیده شدن ناگهانی انگشت خم شده .
  ۲. خم شدن ناگهانی انگشت باز شده و در نتیجه کشیده شدن تاندون و به دنبال آن پاره شدن تاندون بدون اینکه جسم برنده ای به انگشت برخورد کند ..
  ۳. اصابت جسم تیز و برنده به سطح کفی یا پشتی انگشت و بریدن پوست و سپس بریده شدن تاندون زیر پوست .
  ۴. پاره شدن تاندون بدون اینکه ضربه ای به آن وارد شود که معمولاً در افراد مبتلا به روماتیسم مفصلی دست و به علت ضعیف شدن تاندون ایجاد می شود .
- درمان :** درمان پارگی تاندون ها ، عمل جراحی است . متأسفانه یک هفته زمان برای جراحی وجود دارد و در صورتیکه بیمار با تاخیر بیش از یک هفته مراجعه کند ترمیم تاندونی امکان پذیر نیست
- تاندون کشکک :** تاندون کشکک با سایر تاندون ها کمی فرق دارد . این تاندون در واقع دو استخوان را به هم متصل می کند . ( استخوان کشکک و استخوان درشت نی ) .

**مهم ترین علل پارگی تاندون کشکک:** سقوط ، جهیدن ، ضعف تاندون ( بر اثر التهاب تاندون ، بیماری های مزمن کلیوی ، روماتیسم ، دیابت ، عفونت ، مصرف داروهای کورتن ، و ... ) جراحی ( مثل تعویض مفصل زانو ) .



**علائم:** فرورفتگی پوست درست در زیر استخوان کشکک ( زانو )، خونمردگی در محل ، حساسیت به لمس در محل ، عدم توانایی فرد در مستقیم کردن زانو ، مشکل در راه رفتن و ...

**درمان غیر جراحی:** با استفاده از بستن یک بریس دور ران و زانو و ساق به مدت حدود ۶-۳ هفته جهت بی حرکتی و مستقیم نگهداشتن زانو و جلوگیری از خم شدن آن . ( از این درمان برای پارگی های کوچک و ناقص استفاده می شود ) .

**درمان جراحی:** به صورت ترمیم محل پارگی است .  
**عوارض:** شایعترین آن ضعف در راست کردن زانو و محدودیت در خم کردن کامل زانو است . پاره شدن مجدد ترمیم ، عفونت و بالا قرار گرفتن کشکک از دیگر عوارض و مشکلات احتمالی بعد از جراحی می باشد .

**تاندون آشیل:** تاندون آشیل یا زردپی آشیل قوی-ترین تاندون بدن است .

**علل پارگی تاندون آشیل:** کشش بیش از حد در حین بلند شدن روی پنجه پا، ورزشهایی که در آنها فرد باید ناگهان بایستد یا به ناگهان شروع به حرکت کند

**علائم:** درد تیز طوری که گویی کسی به ساق پایش لگد زده است ، بیمار در موقع راه رفتن نمی تواند پاشنه خود را از زمین بلند کند . بیمار نمی تواند روی پنجه خود بلند شود ، تورم و خونمردگی .

**درمان:** درمان پارگی تاندون آشیل باید سریع انجام شود هرچه درمان زودتر انجام شود نتیجه درمان بهتر خواهد بود .

**درمان غیر جراحی:** در این روش مچ پای بیمار به مدت ۸ هفته با یک گچ یا اسپلینت بی حرکتی می شود تا پارگی خود به خود جوش بخورد .

**درمان جراحی:** در این روش تاندون آشیل با استفاده از عمل جراحی ترمیم می شود ، بعد از جراحی مچ پا به مدت حدود ۷-۵ هفته با اسپلینت و گچ بی حرکتی می شود .

**عوارض:** عفونت در محل جراحی ، کاهش حس پوست در محل عمل ، کوتاه شدن طول تاندون بعد از درمان نسبت به حالت اول ،

**بیمار باید چه کارهایی بعد از درمان انجام دهد ؟**  
بیمار باید استراحت کرده و ساق را بالاتر از سطح قلب نگه دارد تا ورم پا به تدریج کم شود . در هفته های اول بعد از درمان ، بیمار باید با عصای زیر بغل و بدون وزن گذاشتن روی پا راه برود . بعد از خارج کردن گچ یا اسپلینت ، بیمار تا مدتی باید از کفش پاشنه بلند استفاده کند و یا چند ماه باید تحت نظر یک فیزیوتراپ ، نرمش های خاصی را برای افزایش دامنه حرکتی مچ پا و تقویت عضلات ساق انجام دهد .