



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرستان فسا

مرکز آموزشی درمانی بیمارستان حضرت ولی عصر (عج)

## شکستگی تنه استخوان ران

### واحد آموزش سلامت

تهیه: میثم حیدری (کارشناس پرستاری)

تنظیم: رزیتا بخشی زاده

(سوپروایزر آموزشی)

مشاور علمی:

جناب آقای دکتر ساریخانی

منبع: بروئر و سودارث

مهر ماه ۹۸

فسا، بیمارستان حضرت ولیعصر (عج)

آدرس: میدان ابن سینا      تلفن: ۰۷۱-۵۳۳۱۵۰۱۸

وب سایت: [vh.fums.ac.ir](http://vh.fums.ac.ir)

## شکستگی تنه استخوان ران:

استخوان ران از محکم ترین استخوان های بدن است و شکستگی آن نیاز به وارد شدن نیروی زیاد است. معمولاً این نیروها در حین تصادفات وسایل نقلیه و سقوط از ارتفاع می تواند به بدن وارد شود.

### علائم شکستگی ران:

۱- ران متورم، دردناک، تغییر شکل یافته

۲- ناتوانی در حرکت دادن یا ایستادن

۳- خون ریزی زخم باز و بیرون زدن استخوان از پوست

۴- تجمع خون که باعث کبودی یا تغییر رنگ ناحیه شکستگی می شود.

۵- گرفتگی عضله ران

۶- گزگز کردن ران یا پا



## درمان:

در شکستگی های ران معمولاً اقدام اول جراحی می باشد و طی آن استخوان های شکسته به هم وصل می شود که بهترین زمان آن ۴۸ ساعت اول بعد از آسیب است تا عوارض کاهش یابد. درمان غیر جراحی شکستگی ران به صورت کشش و سپس گچ گیری است که گاهی اوقات یک بین پایین تر از ناحیه شکسته شده قرار می دهند و حدود یک تا دو ماه پای بیمار به وزنه متصل می شود که با این کار استخوان جا به جا شده به جای اول خود باز می گردد.

### مراقبت های قبل از عمل:

- ❖ شب یا صبح قبل از عمل موهای ناحیه عمل را به فاصله ۲۰ سانت از هر طرف بزنید.
- ❖ قبل از عمل توسط پزشک بخش ویزیت می شوید در آن زمان سابقه بیماری های قلبی، ارثی و داروهای مصرفی را به پزشک اطلاع دهید.
- ❖ حداقل ۸ ساعت قبل از عمل چیزی نخورید.
- ❖ داروهایی مثل آسپرین، رقیق کننده های خون، داروهای ضد التهاب باید از چند روز تا یک هفته قبل از عمل مصرف نشود.

## مراقبت پس از عمل :

**تسکین درد :** در مدت کوتاهی پس از جراحی به سرعت کاهش می یابد .

\* برای کنترل درد با بلند کردن اندام عمل شده و استفاده از کیسه یخ می توان به کنترل درد و تورم کمک کنید .

\* با تغییر وضعیت و آرامش فکری و پرت کردن حواس به کاهش درد کمک کنید .

## خوردن و آشامیدن :

تا چند ساعت نباید چیزی خورده شود . بعد از چند ساعت ، می توان پس از کسب اجازه از پرستار ابتدا کمی آب به بیمار دادو اگر تحمل کرد و دچار ناراحتی نشد میتواند بتدریج به او مایعات بیشتری داد . بعد از اینکه رژیم غذایی برای بیمار شروع شد در صورت مبتلا نبودن به بیماری خاص ( قلبی ، تنفسی ، دیابت و ...) از کلیه مواد غذایی می توان بهره برد . برای بهبود بافت جدید ساخته شود که این نیاز به انرژی فراوان دارد و غذا باید سرشار از گلوکز ، چربی ، پروتئین ، املاح و ویتامین ها باشد . بیوست از عوارض بعد از عمل می باشد که بدلیل کاهش حرکت و استفاده از مسکن ها رخ می دهد . آب کافی ، مصرف مواد غذایی حاوی فیبر از جمله سبزیجات ، غلات ، میوه ، حرکت سریع تر و نرم کننده های مدفوع میتوان برای پیشگیری از بیوست مصرف شود .

## خطر عفونت بعد از جراحی :

\* ممکن است پزشک معالج داروهای آنتی بیوتیک خوراکی برای شما تجویز کند تا بعد از مرخص شدن از بیمارستان تا مدتی از آنها در منزل استفاده کنید . از قطع کردن آن بدون دستور پزشک خودداری کنید .

\* در صورت داشتن علائم عفونت از جمله تب ، لرز ، قرمزی و خروج ترشحات از ناحیه عمل شده و حساسیت در لمس به پزشک مراجعه کنید .

\* بعد از جراحی ممکن است داروهایی داده شود تا از لخته شدن خون در پاها جلوگیری شود . به این داروها ، داروهای رقیق کننده خون میگویند . استفاده از این داروها ممکن است تا چند هفته بعد از جراحی هم ادامه پیدا کند .

\* افرادی که به بیماری قند مبتلا هستند ، لازم است با کنترل صحیح قند خون ، روند ترمیم محل عمل را بهبود بخشند .

## فیزیوتراپی :

\* در اوقات بیداری ورزش های مربوط به عضلات پا را طبق نظر پزشک و فیزیوتراپی انجام دهید تا جریان خون بهتر شود .

\* هرچه زودتر تحت نظر پزشک و فیزیوتراپ حرکات مفاصل زانو را شروع کرده . می توان از وسایل کمک حرکتی مانند چوب زیر بغل و واکر استفاده کرد و محدودیت های توصیه شده برای فعالیت را رعایت کنید و به ناحیه عمل شده فشار وارد نکنید .

\* تنفس عمیق و سرفه کردن به خروج ترشحات از ریه کمک می کند .

\* ده الی چهارده روز بعد از عمل جهت ویزیت و کشیدن بخیه حضور یابید .

\* تعویض پانسمان در منزل باید بعد از ترخیص در منزل توسط پرستار یا همراه بیمار که در بیمارستان آموزش دیده انجام شود .