



مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی پیامبر اعظم (ص)
بندرعباس

شکستگی لگن



شناسنامه پمفلت آموزشی کد: P.E:1401/07/30-0059	
عنوان	شکستگی لگن
تهیه کننده	گروه آموزش
تأیید کننده	کمیته آموزش به بیمار
بازنگری	۱۴۰۴/۰۱/۱۵
ناظر کیفی: سوپروایزر آموزش سلامت	
تأیید کننده علمی: آقای دکتر بابک اطهری متخصص ارتوپدی	



-بعد از حدود سه ماه قطعات شکسته شده به هم جوش می‌خورند و غضروف آسیب دیده هم ترمیم نسبی پیدا می‌کند.

اکنون حفره لگن بهبود یافته و می‌توانید وزن بدن را تحمل کنید. از این به بعد دیگر نیازی به پلاک و پیچ‌هایی که در محل گذاشته شده‌اند ندارید. ولی چون این وسایل برای بدن ضرر ندارند و انجام یک عمل جراحی مجدد برای درآوردن آن‌ها ممکن است موجب آسیب بیشتر به بدن شود پیچ و پلاک‌ها در محل خودشان باقی می‌ماند.



-تحقیقات ثابت کرده‌اند استعمال سیگار، مانع جوش خوردن بافت و استخوان بعد از شکستگی می‌شود.



“سلامت و تندرست باشید”

منبع

ترجمه نصیری زیبا، فریبا. (۱۳۹۸). برونر و سودارت، درسنامه پرستاری داخلی جراحی ۲۰۱۸، جلد ۹. نشر جامعه نگر.



-از غذاهای حاوی پروتئین و کلسیم کافی برای کمک به جوش خوردن شکستگی کمک گرفت. لبنیات مهم‌ترین موادی هستند که در این امر به شما کمک می‌کنند.



-برای بدست آوردن توانایی‌های قبل از شکستگی نیاز به زمان زیادی است. شکستگی در حفره لگن نیاز به حدود سه ماه زمان برای جوش خوردن دارد. معمولاً بعد از این مدت می‌توانید بدون کمک عصا، پای خود را کاملاً زمین گذاشته و راه بروید.



-به علت وزن نگذاشتن روی پای جراحی شده در سه ماه بعد از حادثه عضلات اندام تحتانی تا حدودی ضعیف می‌شوند. در نتیجه ممکن است حتی بعد از این که بتوانید بدون عصا راه بروید، به علت همین ضعف عضلات، تا مدتی در حین راه رفتن لنگش داشته باشید.

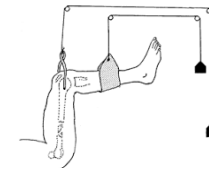
-به یاد آورید که عضلات نقش مهمی در راه رفتن طبیعی دارند و تا زمانی که نتوانید قدرت و هماهنگی عضلات را مجدداً به دست آورید لنگش ادامه خواهد داشت.

شکستگی لگن

شکستگی‌های حفره لگن در لگن خاصره ایجاد می‌شوند. علت این شکستگی‌ها معمولاً تصادف اتومبیل یا سقوط از بلندی است.



بعضی از شکستگی‌ها نیز با کشش و گذاشتن وزنه درمان می‌شوند و چند روز پس از عمل جراحی از بیمارستان مرخص شده و به منزل می‌روند.



نکات مهم در شکستگی لگن

تا مدتی بعد از جراحی ممکن است درد مختصری در محل جراحی احساس شود که به تدریج در یک یا دو هفته اول بعد از عمل از بین می‌رود.



برای کاهش درد پزشک معالج، داروهای تجویز می‌کند باید هر گونه افزایش درد را که با مسکن، آرام نمی‌شود را به پزشک معالج اطلاع دهید.

ممکن است داروهای آنتی بیوتیک خوراکی تجویز شود تا در منزل استفاده کنید. این داروها به منظور پیشگیری از عفونت احتمالی در محل جراحی باید مصرف شود.



داروهای برای جلوگیری از لخته شدن خون در وریدهای اندام‌های تحتانی داده می‌شود که ممکن است تزریقی یا خوراکی باشند. این داروها تا مدت زمانی که پزشک مشخص کرده است باید مصرف شوند. لخته شدن خون در پاها از عوارض خطرناک شکستگی است.

گاهی اوقات حتی با وجود مصرف داروها، خون در وریدهای عمقی پا لخته می‌شود.

علامت عمده این عارضه ورم کردن ساق است.



در صورت ورم کردن ساق در اسرع وقت به نزدیکترین مرکز درمانی رفته تا توسط پزشک معاینه شوید.

در چند هفته اول بعد از شکستگی، باید به طور مرتب مچ هر دو پای خود را به بالا و پایین حرکت دهید (هر ده دقیقه ده مرتبه). هدف از این کار افزایش جریان خون در ساق است تا بدینوسیله از ایجاد لخته در وریدهای عمقی ساق پیشگیری شود.

پانسمانی که روی زخم‌ها گذاشته شده است باید توسط یک پرستار یا همراه بیمار که در بیمارستان آموزش دیده است به صورت روزانه تعویض شود. معمولاً هر روزی که پانسمان تعویض می‌شود لکه‌هایی در روی پانسمان مشاهده می‌شود که بر اثر ترشحات طبیعی زخم است. این ترشحات ممکن است یک دو هفته ادامه یابد و بعد از آن، ترشح زخم قطع شده و زخم به اصطلاح خشک می‌شود. در این زمان دیگر نیاز به تعویض روزانه پانسمان وجود ندارد.

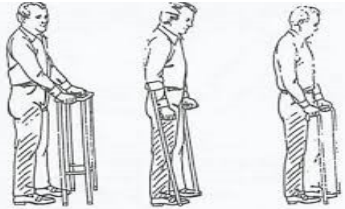


اگر ترشح زخم بعد از این مدت ادامه یافت، باید به پزشک معالج اطلاع دهید. در صورت داشتن علائم عفونت از جمله تب، لرز، قرمزی، خروج ترشح چرکی از ناحیه عمل شده و حساسیت در لمس به پزشک مراجعه کنید.

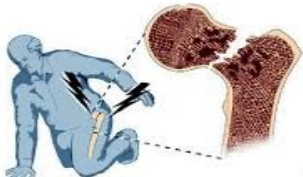
بخیه‌ها معمولاً بعد از دو تا سه هفته از محل جراحی خارج می‌شوند.

حرکات آموزش داده شده توسط پزشک یا فیزیوتراپ را در منزل به طور مرتب انجام دهید تا مفاصل دچار خشکی نشوند.

می‌توانید با عصای زیر بغل یا توسط واکر راه بروید ولی نباید اندامی را که جراحی شده است را بدون نظر پزشک بر زمین بگذارید.



اگر قبل از این که شکستگی جوش بخورد، پای جراحی شده را بر زمین بگذارید نیروی وزن شما به محل شکستگی اعمال می‌شود. شدت نیروهای وارده به محل شکستگی ممکن است به حدی باشد که پیچ و پلاک‌ها را جابه‌جا کرده و در نتیجه شکستگی هم جابه‌جا شوند.



در روز مشخص شده حتماً به پزشک مراجعه کنید.

وقتی در تخت به پشت می‌خوابید می‌توانید برای راحتی بیشتر یک بالش را در زیر خود قرار دهید یا بالش را بین ساق‌های خود قرار دهید.

