



کد سند: PEBRO97/C

تاریخ تدوین: ۱۴۰۰/۱۱/۲۸

تاریخ ابلاغ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۱۲/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۱۲/۰۱

آموزش به بیمار

شگستگی استخوان ساعد



کلینیک پرستاری آموزش سلامت همه روزه به جز تعطیلات پاسخگوی سوالات شما در رابطه با (دیابت، فشارخون، دیالیز، مراقبت های پس از جراحی) می باشد:
(داخلی ۲۰۲۷) ۰۵۱۳۸۰۴۲۰۰۰

من را اسکن کنید



واحد آموزش به بیمار

بیمارستان ولایت

در صورت بروز علائم زیر (در صورتی که

دستتان گچ دارد) فوراً به پزشک مراجعه نمایید:

** درد خیلی شدید که با خوردن مسکن آرام

نشود

** سردی در انگشتان دست

** تورم زیاد

** خونریزی زیاد

** تب



با آرزوی سلامتی و بهبودی شما

آدرس سایت بیمارستان ولایت:

<https://velayat.mums.ac.ir/>

منبع:

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus>



رژیم غذایی

کلسیم : که در لبنیات (شیر و ماست و پنیر کم چرب) ، بادام ، تخمه آفتابگردان ، برگ شلغم ، انجیر خشک و لوبیای سفید ، بلغور جو و به فراوانی وجود دارد .

پروتئین : عدس و لوبیا ، جو دوسر ، تخم مرغ ، بادام ، سبزیجات با برگ تیره ، گوشت مرغ ، شلغم ، کلم پیچ



مددجوی عزیز

در این پمفلت سعی شده است آموزش های لازم در رابطه با شکستگی استخوان ساعد به شما داده می شود، امید که با رعایت این نکات سلامتی خود را حفظ کرده و بهبود بخشید.



شکستگی ساعد

ساعد دست دو استخوان دارد که ممکن است یکی از آنها و یا هر دو شکسته باشد.

علائم شکستگی ساعد

در صورتی که هر دو استخوان شکسته باشد ظاهر ساعد تغییر می کند. زخم اگر بسته باشد از محل شکستگی ساعد خم می شود و ممکن است نوک تیز استخوان زیر پوست حس کنید. در برخی موارد نوک تیز استخوان پوست را سوراخ می کند و زخم باز ایجاد می شود، شما درد زیادی دارید بخصوص اگر حرکات چرخشی ساعد و مچ دست را انجام دهید.



تشخیص قطعی

** عکس رادیوگرافی

درمان شکستگی ساعد

** درمان اصلی جا اندازی و بی حرکت کردن

دست است.

** برای بی حرکت کردن دست آتل گچی

گرفته می شود

** در صورتی که شکستگی جابه جایی

نداشته باشد گچ بلند تا آرنج گرفته می شود.

** در صورتی که شکستگی جابه جایی داشته

باشد از پیچ و پلاک در اتاق عمل استفاده می

شود.



عوارض شکستگی استخوان ساعد

** دیر جوش خوردن یا جوش نخوردن

** بدجوش خوردن

نکات مهم مراقبتی:

پس از بازکردن گچ، بنا به صلاحدید پزشک نیاز به فیزیوتراپی و باز توانی دارید تا یک ماه از برداشتن بار سنگین خودداری کنید.

از مصرف دخانیات خودداری کنید چون ترمیم شکستگی را به تاخیر می اندازد برای کنترل درد دست را بالاتر از آرنج نگه دارید و از کمپرس یخ استفاده کنید.

وخم و راست کردن انگشتان را به منظور افزایش خونرسانی طبق نظر پزشک انجام دهید.

