



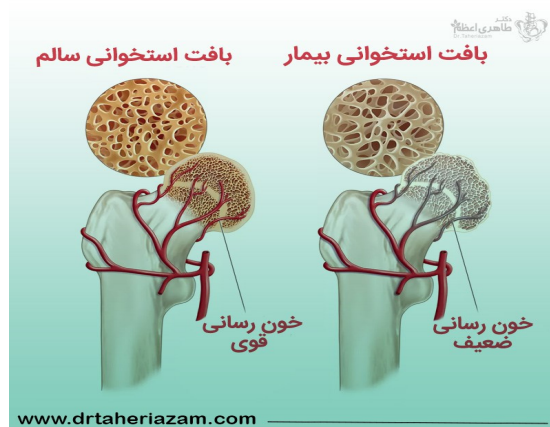
کد سند: PEBRO134/A

تاریخ تدوین: ۱۴۰۳/۱۲/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۵/۱۲/۰۱

تاریخ ابلاغ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۱۲/۱۰

استئونکروز (سیاه شدن استخوان)



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 سلامت
بیمارستان ولایت

استئونکروز همچنین باعث می شود که استخوان شکل صاف
خود را از دست بدهد.

استئونکروز پیشرفته می تواند منجر به آرتروز و کاهش دائمی
تحرك شود. در موارد شدید ممکن است نیاز به تعویض
مفصل باشد.

پیشگیری

محدود کردن استفاده از نوشیدنی های حاوی الکل

پایین نگه داشتن سطح کلسترول خون

نکشیدن سیگار

عدم استفاده از دوزهای بالا و استفاده طولانی مدت از

کورتیکواستروئیدها



با آرزوی سلامتی و بهبودی شما

آدرس سایت بیمارستان ولایت:

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

منبع:

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



روش های تشخیص

معاینه فیزیکی

اشعه ایکس

ام آر آی

اسکن استخوان

سی تی اسکن

MRI یکی از بهترین روش های تشخیص استئونکروز زودرس است.

زندگی با استئونکروز

برخی افراد در نتیجه استئونکروز دچار بیماری استئوآرتریت (آرتریت
دژنراتیو یا "ساییدگی" مفاصل) می شوند. علاوه بر پیگیری درمان توسط
پزشک متخصص و مشخص شدن علت بروز و روش های تشخیص
استئونکروز کار با فیزیوتراپیست و داشتن برنامه ورزشی مناسب ممکن
است جهت درمان درد و سفتی ناشی از آرتروز مفید باشد.

عوارض

اگر استئونکروز بدون درمان رها شود موجب بدتر شدن شرایط شده و در
نهایت استخوان ممکن است فرو بریزد.



مراجعات عزیز

در این پمفلت سعی شده است آموزش های لازم در رابطه با استئونکروز (سیاه شدن استخوان) به شما داده شود، امید که با رعایت این نکات سلامتی خود را حفظ و بهبود بخشید.



استئونکروز چیست؟

استخوان های بدن انسان از سلول های زنده ای تشکیل شده اند که برای سالم ماندن نیاز به خون رسانی ثابت دارند. استخوان ها دائماً در حال تغییر هستند زیرا سیستم اسکلتی، بافت استخوانی جدیدی را برای جایگزینی بافت استخوانی پیر می سازد. خون حامل مواد مغذی و اکسیژن مورد نیاز استخوان ها برای سالم ماندن و بازسازی است. بدون جریان خون سیستم اسکلتی نمی تواند بافت استخوانی جدید را با سرعت کافی بسازد و بافت استخوانی پیر نیز در نهایت تجزیه شده و می میرد. اگر جریان خون به این سلول های استخوانی کاهش یابد، سلول ها ممکن است بمیرند و در نهایت باعث فروپاشی استخوان شوند. این فرآیند استئونکروز نامیده می شود.

علت بروز استئونکروز چیست؟

استئونکروز می تواند در اثر بیماری یا ضربه شدید، مانند شکستگی یا دررفتگی که بر خون رسانی به استخوان تأثیر می گذارد ایجاد شود. استئونکروز همچنین می تواند بدون هیچ تروما یا بیماری رخ دهد.



استئونکروز در چه مفاصلی ایجاد می شود؟

این بیماری می تواند بافت استخوانی را در هر مفصلی تحت تأثیر قرار دهد اما به طور معمول لگن و شانه را هدف قرار می دهد.

دردی متناوب که با فشار آوردن به استخوان شروع شده و با برداشتن وزن از روی آن ناپدید می شود.

افزایش درد و سفت شدن مفاصل

محدود شدن دامنه حرکتی

لنگیدن؛ اگر استئونکروز در لگن یا زانو باشد.

دردی که حتی در حالت استراحت نیز رخ می دهد.

بروز مشکل هنگام بالا رفتن از پله ها، ایستادن یا راه رفتن..

فاصله زمانی بین شروع علائم و از دست دادن عملکرد مفصل از فردی به فرد دیگر متفاوت است و از چند هفته تا بیش از یک سال متغیر خواهد بود.



درمان

درمان استئونکروز به نوع، شدت و محل آن بستگی دارد و معمولاً به روش های غیر جراحی و جراحی تقسیم می شود. روش های غیر جراحی شامل فیزیوتراپی، حفظ وزن متعادل، استفاده از عصا یا واکر، و داروهای رقیق کننده خون، تقویت کننده استخوان، و کاهش دهنده کلسترول هستند. روش های جراحی شامل برداشتن قطعات آسیب دیده استخوان، پیوند استخوان و غضروف، و جراحی رفع فشار هسته است.

درمان استئونکروز فک:

درمان های غیر جراحی:

توصیه به رژیم غذایی نرم، شستشوی دهان با محلول ضدباکتری، و استفاده از مسواک نرم.

درمان های جراحی:

برداشتن استخوان آسیب دیده، پیوند استخوان، و استفاده از روش های جدید

توجه: درمان استئونکروز باید توسط پزشک متخصص ارتوپدی یا دندانپزشک انجام شود و بسته به نوع و شدت آن متفاوت است

