



کد سند: PEBRO132/A

تاریخ تدوین: ۱۴۰۳/۱۲/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۵/۱۲/۰۱

تاریخ ابلاغ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۱۲/۱۰

## آموزش به بیمار

### شکستگی مائلول (مچ پا)



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 شکستگی هر دو پا، در چند هفته اول اجازه وزن گذاشتن بر روی پاها، داده نمی شود، بنابراین در چند هفته اول، اجازه راه رفتن نخواهید داشت. پای آسیب دیده را هنگام خوابیدن یا نشستن بالاتر از سطح بدن قرار دهید (زیر پا یک بالش قرار دهید). در محل جراحی پانسمان دارید. پانسمان را از نظر وجود ترشح و خونریزی بررسی نمایید.



**با آرزوی سلامتی و بهبودی شما**

آدرس سایت بیمارستان ولایت:

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

منبع:

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



تست فشار: با توجه به نوع شکستگی مچ پا پزشک با اعمال فشار بر روی مچ پا و گرفتن عکس اشعه X بررسی می کند آیا مچ پا نیاز به جراحی دارد یا خیر؟  
سی تی اسکن: سی تی اسکن مشخص می کند آیا شکسته شدن مچ پا به مفاصل آسیب رسانده است.

**MRI:** تصویری واضح از استخوان و بافت های نرم مچ پا مانند رباط ها ارائه می دهد.

### درمان

شکستگی قوزک خارجی، شکستگی استخوان نازک نی می باشد. شکستگی استخوان نازک نی ( فیولا) در سطوح های مختلفی می تواند اتفاق بیفتد. سطح شکستگی نوع درمان را مشخص می کند.

۱. درمان جراحی

۲. درمان غیر جراحی



در این پمفلت سعی شده است آموزش های لازم در رابطه با شکستگی مائلول (مچ پا) به شما داده شود، امید که با رعایت این نکات سلامتی خود را حفظ کرده و بهبود بخشید.



مائلول یکی از استخوان های ناحیه مچ پا می باشد و گاهی به شکستگی مائلول، شکستگی مچ پا نیز گفته می شود. پس لازم است ابتدا درباره شکستگی مچ پا و آناتومی مچ پا توضیحات مختصری ذکر گردد.

### شکستگی مچ پا

مچ پا شکسته شده بدان معنی است که یک یا چند استخوان که مفصل مچ پا را تشکیل می دهند شکسته می شوند.

شکستگی مچ پا ممکن است از شکسته شدن یک استخوان باشد که دیگر نمی توانید راه بروید یا اینکه شکسته شدن چند استخوان باشد که مچ شما به طور کامل از جای خود خارج می شود و لازم است تا چند ماه وزنی روی مچ پا قرار ندهید.



با توجه به ناحیه استخوانی که شکسته شده است، شکستگی مچ پا طبقه بندی می شود. به عنوان مثال شکستگی پایین ترین استخوان نازک نی، شکستگی مائلول لاپاروس نامیده می شود.

### علت شکستگی مچ پا

پیچیدن مچ پا  
ضربه به مچ پا در هنگام رانندگی  
سقوط از ارتفاع و پیچیدن مچ پا  
افتادن و پیچ خوردن مچ پا  
علائم شکستگی مچ پا

### نشانه های رايج شکستگی مچ پا عبارتند از:

درد شدید و زود هنگام  
ورم و التهاب  
کبودی (ممکن است اطراف مفصل به رنگ آبی یا سیاه رنگ گردد)  
مچ پای شکسته شده تحمل نگه داشتن وزن بدن را ندارد.  
بدشکلی استخوانی (خارج شدن مچ پا بخصوص اگر مفصل مچ پا نیز جابه جا شده باشد)  
درد هنگام دست زدن



### تشخیص شکستگی مچ پا

۱. معاینه ی بدن توسط پزشک  
متخصص: کسب اطلاعات از سابقه ی پزشکی  
شما و معاینه ی مچ پا

۲. تست های تصویربرداری: پس از معاینه و تشخیص شکستگی مچ پا، برای به دست آوردن اطلاعات بیشتر تست های بیشتر را پیشنهاد می کند.

۳. گرفتن عکس با اشعه X: اشعه X رایج ترین تست تصویربرداری می باشد. اشعه X استخوان های شکسته و جابه جا شده و همچنین فاصله ی ایجاد شده بین استخوان ها را نشان می دهد. اشعه X نیز تعداد استخوان های شکسته شده را نشان می دهد. اشعه X از مچ پا، کف پا و ساق پا گرفته می شود.

