



کد سند: PEBRO175/A

تاریخ تدوین: ۱۴۰۴/۰۶/۲۰

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۰۶/۲۰

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۴/۰۶/۲۵

آموزش به بیمار

شکستگی استخوان ران



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) 05138722140



من را اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار
بیمارستان ولایت

- زانو خود را جهت جلوگیری از عوارض بی حرکتی در روز چندین مرتبه در محدوده حرکتی جابجا نمایید
- اگر عمل جراحی شدید یا روی محل شکستگی جراحات دارید می بایست روزانه زخم را با بتادین و سرم شستشو پانسمان نمایید
- روی زخم را خراش ندهید و نخارانید
- هیچ دارویی بر روز زخم قرار ندهید
- در صورت بروز علائم زیر بلافاصله به پزشک مراجعه نمایید:
- ۱. تب بالای ۳۸ درجه که بیشتر از ۲۴ ساعت ادامه یابد
- ۲. درد شدید که با مصرف مسکن بهبود نمی یابد
- ۳. ترشح چرک از محل زخم
- ۴. بی حسی و بی حرکتی
- پیگیری از شکستگی ران:
- ۱. استفاده از وسایل کمک حرکتی برای سالمندان مانند واکر و عصا
- ۲. استفاده از تجهیزات ایمنی در هنگام رانندگی
- ۳. استفاده از مکمل دارویی برای بهبود پوکی استخوان
- ۴. استفاده از روش های فیزیوتراپی و کاردرمانی برای بیماران دچار مشکلات تعادلی

با آرزوی سلامتی و بهبودی شما

آدرس سایت بیمارستان ولایت:

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

منبع:

<http://www.medlineplus.gov>



آموزش به بیمار

- مصرف داروها طبق دستور پزشک
- مراجعه به پزشک معالج در زمان تعیین شده و قبل از اتمام داروها
- بهبودی کامل ممکن است ۶-۴ ماه زمان ببرد.
- استفاده از کمپرس یخ به بهبود درد و التهاب کمک میکند. هرگز یخ را مستقیم روی پوست بیمار قرار ندهید.
- اندام شکسته شده را بالا نگه دارید تا به کاهش تورم کمک نماید.
- از وزن گذاری روی پای شکسته شده تا زمان بهبودی کامل خودداری نمایید.
- بعد از گذراندن دوره درمانی می توان با اجازه پزشک نرمش هایی را جهت دامنه حرکتی زانو و ران انجام دهید.
- جهت راه رفتن در هفته های اول از عصا و واکر یا چوب زیر بغل استفاده نمایید.
- گاهی گچ یا آتل گچی می تواند سبب حساسیت در فرد گردد. در صورت بروز خارش کهیر و تاول زیر آتل حتما به پزشک مراجعه نمایید.
- فیزیوتراپیست شما در مورد زمان شروع برخی از تمرینات مالیم و همچنین زمان مناسب جهت درآوردن آتل برای انجام برخی از تمرینات، شما را راهنمایی خواهد کرد.
- پس از انجام عمل جراحی برای درمان شکستگی ، لازم است برای جلوگیری از گیر کردن تاندون ها در بافت زخم، هر چه سریع تر اما با اطمینان از ایجاد بهبودی به میزان کافی، حرکات خود را شروع کنید .



روش های تشخیصی

- معاینه و عالیم بالینی بیمار
- رادیوگرافی
- سی تی اسکن
- ام آر آی
- اسکن استخوان

درمان شکستگی استخوان ران

بسته به شدت شکستگی ممکن است موارد زیر در نظر گرفته شود:

- بستری و تحت نظر بودن
- دارو درمانی
- بی حرکتی و کشش در مواردی که شکستگی ساده و بدون جابجایی باشد
- عمل جراحی در مواردی که شکستگی متعدد و همراه با جابجایی باشد پزشک معالج با استفاده از پین های فلزی که آنها را از طریق پوست به داخل استخوان و محل شکستگی هدایت میکند، قطعات شکسته شده را به یکدیگر متصل میکند. در مواردی که جااندازی بسته موفقیت آمیز نباشد، پزشک معالج اقدام به جااندازی باز شکستگی و ثابت کردن قطعات شکسته شده بوسیله پین یا پیچ و پالک میکند.
- فیزیوتراپی



علائم شکستگی استخوان ران

- درد و تورم در ناحیه آسیب دیده
- درد حین حرکت پاها
- لمس ناحیه بسیار دردناک خواهد بود
- بی حسی یا گزگز و سوزن سوزن شدن در پاها
- کبودی و خونریزی در پوست محل آسیب دیده
- ناتوانی در حرکت اندام تحتانی
- تغییر شکل و کوتاهی اندام شکسته شده

عوامل خطر شکستگی استخوان ران

- سن بالا
- پوکی استخوان
- سوء تغذیه
- جنسیت زن
- سرطان یا کیست یا عفونت استخوان

عوارض شکستگی استخوان ران

- آسیب دیدن عصب و رگ های اطراف شکستگی
- سیاه شدن استخوان
- جوش نخوردن یا بد جوش خوردن شکستگی
- کاهش دامنه حرکتی
- ارتروز و ساییدگی مفصل ران و زانو
- طولانی شدن مدت بستری و هزینه زیاد درمان
- زخم بستر و عفونت های ناشی از بی حرکتی



شکستگی استخوان ران استخوان ران بلندترین و محکم ترین استخوان بدن می باشد. شکستگی آن نیاز به نیروی بسیار زیادی دارد. این شکستگی همراه با آسیب های دیگر دستگاه های بدن همراه است.

علت شکستگی استخوان ران:

- تصادف
- زمین خوردن
- سقوط از بلندی
- حوادث ورزشی
- حوادث حین کار
- شکستگی در اثر بیماری

انواع شکستگی استخوان ران

۱- پایدار: استخوان شکسته در یک راستا قرار دارد و بدون جابجایی است.

۲- ناپایدار: شکستگی متعدد و همراه با جابجایی می باشد

