



کد سند: PEBRO176/A

تاریخ تدوین: ۱۴۰۴/۰۶/۲۰

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۰۶/۲۰

تاریخ ابلاغ آخرین بازنگری: ۱۴۰۴/۰۶/۲۵

آموزش به بیمار

شکستگی مچ دست



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) 05138042000



من را اسکن کنید
واحد آموزش به بیمار
بیمارستان ولایت

- با نظر پزشک معالج مکمل های کلسیم و ویتامین دی را جهت بهبود شکستگی مصرف نمایید.
- با نظر پزشک معالج جهت بهبود سریعتر زخم مکمل های ویتامین سی مصرف نمایید.
- رژیم غذایی حاوی پروتئین و ویتامین های مختلف را در برنامه غذایی خود بگنجانید.
- 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 عالیم زیر بالفاصله به پزشک خود مراجعه نمایید:
- ۱. تب بالای ۳۸ درجه که بیش از ۲۴ ساعت ادامه داشته باشد.
- ۲. درد شدید که با مصرف مسکن بهبود نمی یابد
- ۳. ترشح چرک از محل زخم
- ۴. بی حسی و بی حرکتی انگشتان

با آرزوی سلامتی و بهبودی شما

آدرس سایت بیمارستان ولایت:

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

منبع:

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



آموزش به بیمار

- ترمیم شکستگی مچ دست ممکن است تا ۸ هفته طول بکشد.
- مصرف داروها طبق دستور پزشک
- مراجعه به پزشک معالج در زمان تعیین شده و قبل از اتمام داروها
- استفاده از کمپرس یخ به بهبود درد و التهاب کمک میکند. هرگز یخ را مستقیم روی پوست بیمار قرار ندهید.
- یخ را درون پارچه ای گذاشته و سپس روی دست قرار دهید.
- دست شکسته شده را بالا نگه دارید تا به کاهش تورم کمک نمایید.
- اگر جهت درمان شما اتل یا گچ در نظر گرفته شده باشد می بایست به مدت ۳-۴ هفته آن را بسته نگه دارید.
- بعد از گذراندن دوره درمانی می توان با اجازه پزشک نرمش هایی را جهت دامنه حرکتی مچ دست انجام دهید.
- گاهی گچ یا اتل گچی می تواند سبب حساسیت در فرد گردد. در صورت بروز خارش کهیر و تاول زیر اتل حتما به پزشک مراجعه نمایید.
- پس از انجام عمل جراحی برای درمان شکستگی، الزم 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



شکستگی مچ دست

مچ دست از ۸ استخوان کوچک تشکیل شده است که با دو استخوان ساعد متصل می شوند. شکستگی مچ دست می تواند در هر کدام از این ۱۰ استخوان ایجاد گردد اما شایعترین آن در انتهای استخوان رادیوس ساعد می باشد.

علت شکستگی مچ دست

- تصادف
- زمین خوردن
- حوادث ورزشی
- حوادث حین کار
- ضربه زدن و مشت زدن

انواع شکستگی مچ دست

۱. پایدار: استخوان شکسته در یک راستا قرار دارد و بدون جابجایی است.
۲. ناپایدار: دو یا چند شکستگی در مچ دست وجود دارد که همراه با جابجایی می باشد.
۳. شکستگی خرد شده
۴. شکستگی باز



علائم شکستگی مچ دست

- درد و تورم در ناحیه آسیب دیده
- لمس ناحیه بسیار دردناک خواهد بود
- بی حسی یا گزگز و سوزن سوزن شدن در انگشتان و کف و مچ دست
- کبودی در پوست محل آسیب دیده
- عدم توانایی حرکت یا استفاده از دست و مچ
- تغییر شکل مچ دست

عوامل خطر شکستگی مچ دست

- سن بالا
- پوکی استخوان
- سوء تغذیه
- بیماری های زمینه ای مانند تیروئید
- جنسیت زن

عوارض شکستگی مچ دست

- آسیب دیدن عصب و رگ های اطراف شکستگی
- سیاه شدن استخوان
- بدجوش خوردن شکستگی



روش های تشخیصی

- معاینه و عالیم بالینی بیمار
- رادیوگرافی
- سی تی اسکن
- ام ار ای
- اسکن استخوان

درمان شکستگی مچ دست

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

- بستری و تحت نظر بودن
- دارو درمانی
- آتل یا گچ گیری 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 جاندازی بسته موفقیت آمیز نباشد پزشک معالج اقدام به جاندازی باز شکستگی و ثابت کردن قطعات شکسته شده بوسیله پین یا پیچ و پلاک میکند.
- فیزیوتراپی

