



آموزش به بیمار دررفتگی 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 2027) 05138722140



VELAYAT HOSPITAL

من را اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار
بیمارستان ولایت

عوارض در رفتگی مچ دست :

عوارض در رفتگی مچ دست معمولاً در صورت شدت بالای آسیب، تأخیر در درمان یا جااندازی نادرست بروز می کنند و می توانند عملکرد طبیعی دست را به طور طولانی مدت تحت تأثیر قرار دهند. این عوارض ممکن است بلافاصله پس از آسیب یا در مراحل بعدی ظاهر شوند و اهمیت درمان به موقع و پیگیری پزشکی را نشان می دهند. آگاهی از عوارض احتمالی در رفتگی مچ دست به تشخیص زودهنگام و پیشگیری از مشکلات پایدار کمک می کند. مهم ترین عوارض در رفتگی مچ دست شامل موارد زیر است:

- درد مزمن و بروز آرتروز زودرس مفصل مچ
- آسیب به اعصاب مچ دست که می تواند باعث بی حسی، گزگز یا ضعف دائمی انگشتان شود
- آسیب عروق خونی و اختلال در خونرسانی به دست



با آرزوی سلامتی و بهبودی شما

آدرس سایت بیمارستان ولایت:
<https://velayat.mums.ac.ir/>
منبع:

برونر و سودارث 2018



درمان در رفتگی مچ دست:

درمان دررفتگی مچ دست به شدت جابه جایی استخوان ها، وجود آسیب های همراه و زمان مراجعه بیمار بستگی دارد و هدف اصلی آن بازگرداندن مفصل به وضعیت طبیعی و حفظ عملکرد دست است. این عارضه یک وضعیت اورژانسی محسوب می شود و هرگونه تأخیر در درمان می تواند خطر آسیب دائمی به اعصاب، عروق یا رباط های مچ را افزایش دهد. پس از جااندازی، بی حرکت سازی مچ برای ترمیم رباط ها ضروری است. انتخاب روش درمانی توسط پزشک و بر اساس معاینه و نتایج تصویربرداری انجام می شود. روش های درمان در رفتگی مچ دست شامل موارد زیر است:

- جراحی در موارد شدید یا ناپایدار برای ترمیم رباط ها یا تثبیت استخوان ها
- جااندازی بسته که با مانورهای دستی و معمولاً تحت بی حسی یا بیهوشی انجام می شود
- بی حرکت سازی با آتل یا گچ برای تثبیت مفصل و ترمیم رباط ها
- مصرف داروهای ضد درد و ضد التهاب برای کاهش درد و تورم



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



در رفتگی مچ دست چیست؟

در رفتگی مچ دست یکی از آسیب های مفصلی است که در آن استخوان های مچ به طور ناگهانی از جایگاه طبیعی خود خارج می شوند و عملکرد طبیعی مفصل مختل می شود. این عارضه اغلب در اثر افتادن روی دست، ضربه مستقیم یا حوادث ورزشی و تصادفات رخ می دهد و می تواند باعث درد شدید، تورم، تغییر شکل ظاهری و ناتوانی در حرکت دادن دست شود. در رفتگی مچ دست در صورت تشخیص و درمان به موقع معمولاً قابل بهبود است، اما تأخیر در درمان ممکن است منجر به آسیب رباط ها، محدودیت حرکتی طولانی مدت یا عوارض مفصلی شود.



علائم در رفتگی مچ دست :

علائم در رفتگی مچ دست معمولاً بلافاصله پس از آسیب ظاهر می شوند و نشان دهنده اختلال جدی در ساختار مفصل هستند. شدت علائم به میزان جابه جایی استخوان ها و آسیب بافت های اطراف بستگی دارد و در اغلب موارد باعث اختلال واضح در عملکرد دست می شود. توجه به این نشانه ها اهمیت زیادی دارد، زیرا تشخیص و درمان زودهنگام می تواند از عوارضی مانند آسیب عصبی یا محدودیت حرکتی دائمی جلوگیری کند. گاهی درد، تورم یا تغییر شکل در انگشتان دست دیده می شود که می تواند نشانه آسیب همزمان مانند در رفتگی انگشت باشد. مهم ترین نشانه های در رفتگی مچ دست شامل موارد زیر است:

- بی حسی، گزگز یا ضعف انگشتان به دلیل فشار بر اعصاب
- درد شدید و ناگهانی در مچ دست که با حرکت تشدید می شود
- تورم و التهاب اطراف مفصل که معمولاً به سرعت ایجاد می شود
- تغییر شکل ظاهری یا قرارگیری غیرطبیعی مچ دست
- محدودیت یا ناتوانی در حرکت دادن مچ و انگشتان



علل در رفتگی مچ دست :

- افتادن روی دست باز که باعث انتقال مستقیم فشار به مفصل مچ می شود
- حوادث ورزشی به ویژه در ورزش های تماسی یا پرتحرک مانند فوتبال و بسکتبال
- تصادفات رانندگی یا ضربه های شدید که نیروی زیادی به دست وارد می کنند
- سقوط از ارتفاع که معمولاً با آسیب های همزمان استخوانی همراه است
- ضعف یا آسیب قبلی رباط های مچ که پایداری مفصل را کاهش می دهد

تشخیص در رفتگی مچ دست :

- معاینه بالینی مچ و انگشتان برای بررسی درد، ناپایداری مفصل و علائم عصبی
- تصویربرداری با رادیوگرافی که روش اصلی برای تأیید در رفتگی و تعیین نوع آن است
- استفاده از سی تی اسکن در موارد پیچیده برای ارزیابی دقیق تر موقعیت استخوان ها
- ام آر آی در صورت شک به آسیب رباط ها، تاندون ها یا اعصاب مچ دست

