

خود مراقبتی بعد از عمل جراحی شکستگی های اندام تحتانی

شکستگی استخوان معمولاً ناشی از سقوط است. شکستگی انواع مختلف دارد: ۱- شکستگی کامل؛ استخوان کاملاً دو تکه می شود. ۲- شکستگی ناکامل (شبه شکستگی ساقه گیاهان)؛ استخوان کاملاً دو تکه نمی شود. ۳- شکستگی چندقطعه ای؛ در محل شکستگی بیش از دو قطعه وجود دارد. ۴- در شکستگی باز، استخوان شکسته شده، پوست را پاره کرده است، ۵- شکستگی بسته استخوان شکسته شده پوست را پاره نکرده است. ۶- شکستگی ناشی از فشرده شدن؛ در این حالت فشار زیادی روی استخوان وارد می آید و ساختمان استخوان در هم فرو می رود و می شکند.

	۱ بالا تر قرار دادن عضو گچ گرفته (بالاتر از سطح قلب) مهم است ، باعث پیشگیری از ورم -درد و قطع خونرسانی می گردد. برای پیشگیری از یبوست و آمبولی تحرک داشته باشید(در صورتی که شکستگی در ناحیه پا باشد و امکان حرکت بیمار وجود داشته باشد و منعی از نظر وضعیت بالینی بیمار یا پزشک نباشد با عصا یا واکر با شرط عدم وزن گذاری روی پای عمل شده راه برود)
	۲ رژیم غذایی شامل (مصرف سبزیجات -میوه جات سرشار از ویتامین ث- پروتئین-روغن زیتون و مایعات ، لبنیات کم چرب و غذاهای حاوی آهن مانند گوشت قرمز ، جگر ، غلات)می باشد.
	۳ در صورت داشتن پانسمان ناحیه عمل را تمیز و خشک نگه دارید و پانسمان طبق دستور پزشک توسط کادر درمان (جهت پیشگیری از عفونت)تعویض شود.
	۴ هنگام استحمام باید عضو عمل شده را با چند لایه نایلون و یا کاورهای مخصوص بپوشاند تا خیس نشود. و در صورت استراحت مطلق بودن یا عدم اجازه حرکت مانند شکستگی لگن بیمار در تخت حمام داده شود.
	۵ رنگ عضو را نگاه کنید و زمان پرشدگی مویرگی (فشاردادن موضع با انگشت در عرض ۳ ثانیه و رها کردن که باید رنگ به حالت طبیعی برگردد) را ارزیابی نمایید و در صورت بروز مشکل به پزشک مراجعه نمایید.
	۶ برای کاهش تورم و درد از کمپرس سرد استفاده نمایید. برای پیشگیری از زخم بستر هر دو ساعت بیمار را با رعایت احتیاطات تغییر وضعیت داده و ماساژ پشت و تعویض ملحفه ی بیماری که استراحت مطلق است از موارد قابل توجه می باشد.
	۷ داروهای تجویز شده توسط پزشک باید در زمان های مقرر، طبق دستور مصرف شود.
	۸ در صورت وجود علائم هشدارهای مراقبتی (ترشح زیاد - چرکی و خونریزی ناحیه عمل - تب بالای ۳۸٫۵ درجه سانتی گراد-عدم حس و حرکت عضو-تورم ناحیه عمل -گرمی پوست ناحیه عمل درد غیرقابل کنترل - درد قفسه سینه - تنگی نفس و کاهش سطح هوشیاری ، نقاط قرمز رنگ روی شکم ، گردن ، بازو و زیر بغل) به پزشک معالج یا اورژانس مراجعه شود.

*مددجوی گرامی بارکد ذیل را جهت استفاده از مطالب آموزشی و معرفی واحد پیگیری و آموزش بیمارس از ترخیص، با گوشی موبایل خود اسکن نمایید.

واحد ارتقاء سلامت مرکز آموزشی درمانی شهید مدنی - ۱۴۰۴

