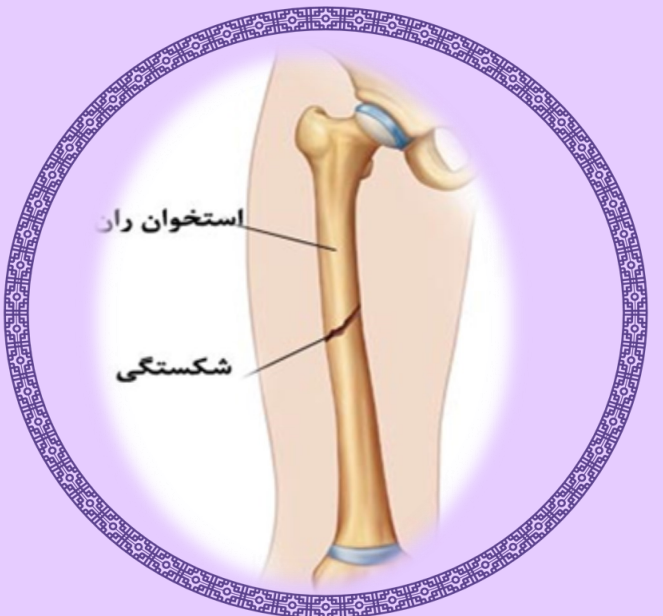


## شکستگی ران

ویژه بیماران و همراهیان



### کارگروه آموزش به بیمار بخش جراحی ۲

کد سند: Bh-Mn / pat edu pam / doc-04 / 05

بازنگری: ۱۴۰۳

دفعات بازنگری: ۵

[www.bohlool.gmu.ac.ir](http://www.bohlool.gmu.ac.ir)

## پیگیری پس از ترخیص

بنا به دستور ۲ الی ۳ هفته پس از عمل جهت کشیدن بخیه ها به پزشک مراجعه نمایید.

تعویض پانسمان باید پس از ترخیص به صورت روز درمیان و توسط پرستار یا همراه بیمار که در بیمارستان آموزش دیده انجام شود.

## علائم هشدار:

در صورت داشتن علائم عفونت از جمله تب و لرز، قرمزی و خروج ترشح چرکی از ناحیه عمل شده و حساسیت در لمس به پزشک مراجعه کنید.

در صورت تورم و درد غیر قابل کنترل، سردی و رنگ پریدگی انگشتان و بی حسی اندام سریعاً به پزشک مراجعه نمایید.

[www.mayoclinic.org](http://www.mayoclinic.org)

آدرس وبسایت:

[www.Bohlool.gmu.ac.ir](http://www.Bohlool.gmu.ac.ir)

شماره تماس: ۰۵۱-۵۷۲۳۶۸۳۳ شماره داخلی ۱۷۷۷



جهت دسترسی به محتوای

فایل می توانید بارکد را با تلفن

همراه خود اسکن نمایید.

femor

## خطر عفونت بعد از عمل جراحی

ممكن است پزشک معالج داروهای آنتی بیوتیک خوراکی برای شما تجویز نماید تا بعد از ترخیص از بیمارستان برای مدتی از آن ها در منزل استفاده کنید.

از قطع کردن آن ها بدون دستور پزشک خودداری کنید.

بعد از جراحی ممکن است داروهایی داده شود تا از لخته شدن خون در پاها جلوگیری شود. استفاده از این دارو ها ممکن است تا چند هفته بعد از عمل ادامه پیدا کند.

در خصوص زمان استحمام بعد از عمل از پزشک خود سوال کنید.

## فیزیوتراپی

در اوقات بیداری ورزش های مربوط به عضلات پا را طبق نظر پزشک و فیزیوتراپی انجام دهید تا جریان خون بهتر شود.

هر چه زودتر تحت نظر پزشک و فیزیوتراپ حرکات مفاصل زانو را شروع نمایید.

می توان از وسایل کمک حرکتی مانند چوب زیر بغل و واکر استفاده کرد و محدودیت های توصیه شده برای فعالیت را رعایت کنید و به ناحیه عمل شده فشار وارد نکنید.

عضلات عضو مبتلا را ۵ تا ۱۰ ثانیه منقبض کنید و سپس شل سازید، این کار را چند بار در روز انجام دهید.

تنفس عمیق و سرفه کردن به خروج ترشحات از ریه کمک می کند.

## شکستگی تنه استخوان ران:

استخوان ران از محکمترین استخوان های بدن است و شکستگی آن نیاز به وارد شدن نیروی زیاد دارد. معمولاً این نیروها در حین تصادفات وسایل نقلیه و سقوط از ارتفاع می توانند به بدن وارد شود.

## درمان جراحی:

در شکستگی های ران معمولاً اقدام اول جراحی می باشد و طی آن استخوان های شکسته به هم وصل می شود.

## درمان غیر جراحی

درمان غیر جراحی شکستگی استخوان ران به صورت کشش و سپس گچ گیری است، که گاهی اوقات یک پین پایین تر از ناحیه شکسته شده قرار می دهند و حدود یک تا دو ماه پای بیمار به وزنه متصل می شود که با این کار استخوان جابجا شده و به جای اول خود باز می گردد.

## مراقبت های قبل از عمل:

← سابقه بیماری های قلبی، ارثی و داروهای مصرفی خود را به پزشک یا پرستار بخش اطلاع دهید.  
← ناشتا بودن حداقل ۸ ساعت قبل عمل الزامیست.  
← تنها داروهایی را که پزشک اجازه می دهد، صبح روز عمل با مقداری کمی آب مصرف کنید.  
← داروهایی مانند آسپرین، رقیق کننده های خون، داروهای ضد التهاب باید طبق دستور پزشک چند روز تا یک هفته قبل عمل مصرف نشود.  
← شب یا صبح عمل موهای ناحیه عمل را به فاصله ۲۰ سانتی متر از هر طرف با ریش تراش برقی تراشیده می شود.



## مراقبت های پس از عمل:

### درد بعد از عمل:

← در مدت کوتاهی پس از جراحی به سرعت کاهش می یابد.

← اغلب بعد از ۲ الی ۳ روز فقط گاهی برای رفع سفتی و گرفتگی عضلات به داروهای مسکن طبق دستور پزشک نیاز پیدا می کنید.

### مراقبت از پیچ و پلاک و میله:

← ممکن است از پیچ و میله و پلاک برای ثابت نگهداشتن استخوان در اندام شما استفاده شده باشد.

← هر روز انگشتان را از نظر رنگ، گرمی، حس و حرکت که نشانه سلامت عصبی و خونرسانی عضو است کنترل کنید و در صورت رنگ پریدگی عضو، سردی، نداشتن حس در انگشتان و عدم توانایی در تکان دادن انگشتان به پزشک مراجعه کنید.

← به هیچ عنوان پیچ ها و گیره ها را دستکاری نکنید.

← برای پیشگیری از تورم اندام با چند بالش آن را بالاتر از سطح قلب قرار دهید.

← محل پینه ها را از نظر علائم عفونت (قرمزی، تب، ترشح) یا شل شدن چک نموده و در صورت مشکل اطلاع دهید.

← وجود ترشح بی رنگ یا زرد کم رنگ در اطراف پین طبیعی است.

← پانسمان محل پین ها توسط فرد ماهر، به روش استریل و طبق دستور پزشک باید انجام شود.

## خوردن و آشامیدن:

← تا چند ساعت بعد از عمل، نباید چیزی خورده شود بعد از چند ساعت، می توان پس از کسب اجازه از پرستار ابتدا چند قاشق آب به بیمار داد و اگر تحمل کرد و دچار ناراحتی نشد می توان به تدریج به او مایعات بیشتری داد.

← بعد اینکه رژیم غذایی برای بیمار شروع شد در صورت مبتلا نبودن به بیماری های خاص (قلبی، تنفسی، دیابت و ...) از کلیه مواد غذایی می توان بهره برد.

← برای بهبود، باید بافت جدید ساخته شود، که این نیاز به انرژی فراوان دارد و غذا باید سرشار از گلوکز، چربی، پروتئین، املاح و ویتامین ها باشد.

← یبوست از عوارض بعد از عمل می باشد که به دلیل کاهش حرکت و استفاده از مسکن ها رخ می دهد.

← آب کافی، مصرف مواد غذایی حاوی فیبر از جمله سبزیجات، غلات، میوه، راه رفتن و نرم کننده های مدفوع می تواند برای پیشگیری از یبوست مصرف شود.

