



# نیازهای آموزشی، تشخیص پرستاری، دستورالعمل و راهنمای آموزش به بیمار

## دستورالعمل آموزش خودمراقبتی در پارگی تاندون دست :

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص پارگی تاندون دست طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

تاندون ها بافت هایی به شکل طناب هستند که عضله را به استخوان متصل می کنند. با انقباض عضله، تاندون حرکت میکند و با حرکت تاندون استخوان و مفصل هم حرکت میکنند. شایع ترین آسیب تاندون دست، پارگی آن است و شایع ترین علت پاره شدن این تاندون ها عوامل زیر می باشد:

← اصابت جسم تیز و برنده مثل چاقو، شیشه و یا لبه تیز فلزات

← مصدومیت ورزشی

← گاز گرفتن توسط حیوانات

← آرتريت روماتويد

### مراقبت قبل از عمل

← انجام یک پانسمان فشاری - حمایتی بر روی عضو آسیب دیده جهت کاهش خونریزی و درد اندام

← بالا گرفتن عضو آسیب دیده بالاتر از سطح بدن، جهت کاهش خونریزی و تورم

← چک کردن انتهای عضو آسیب دیده از نظر خونرساني بافتی

← استفاده از کمپرس سرد به صورت غیر مستقیم جهت کاهش خونریزی و درد

### مراقبت بعد از عمل

← مصرف داروهای آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک الزامی است

← مراجعه به پزشک معالج جهت بررسی روند بهبود زخم

← بالا نگه داشتن عضو به گونه ای که بالاتر از قلب باشد

← انگشتان از نظر حس و حرکت و رنگ طبیعی و خونریزی کنترل شود. در صورت خونریزی و درد و تورم غیر قابل کنترل به پزشک اطلاع داده شود

← تعویض پانسمان باید با نظر پزشک و توسط فرد مجرب انجام شود

← آتل تمیز نگه داشته شود و از خیس شدن آن جلوگیری شود، آتل نباید زیاد سفت و یا شل باشد

← هر گونه بوی بد یا ترشح از آتل باید به پزشک اطلاع داده شود

← معمولاً آتل گچی در ترمیم تاندون در حدود 4 الی 6 هفته باقی می ماند و طی این مدت اندام باید بدون حرکت در داخل آتل بماند

← حرکت دادن عضو آسیب دیده فقط با نظر پزشک معالج و زیر نظر او انجام می شود و محدوده ی مجاز حرکت عضو را پزشک تعیین می کند

← بدون اطلاع پزشک آتل یا اسپلینت دور دست باز نشود.



# نیازهای آموزشی، تشخیص پرستاری، دستورالعمل و راهنمای آموزش به بیمار

## در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

✓ در صورت شنیدن یا حس کردن صدای پارگی

✓ در صورت بروز درد شدید

✓ در صورت بروز کبودی شدید در مدت زمان بسیار کم پس از وقوع حادثه

✓ در صورت ایجاد تغییر شکل ظاهری در عضو آسیب دیده

✓ در صورتی که قادر به استفاده از عضو آسیب دیده نباشید.

✓ در صورت بروز دیگر علائم نگران کننده

منابع:

- Brunner Suddarth's textbook of Medical surgical Nursing 2018
- <https://familydoctor.org>
- کارگروه درون بخشی آموزش به بیمار بخش جراحی

Bohlool Hospital