

شکستگی استخوان ساق پا (تی-بیا-فیولا) (مددجوی محترم لطفا پس از مطالعه ، بروشور را به جایگاه خود "استند کنار ایستگاه پرستاری" برگردانید)

❖ شرح بیماری

شکستگی استخوان درشت نی و نازک نی شایع ترین شکستگی زیر زانو است که می تواند در اثر ضربه ی مستقیم، نیروی له کننده، حرکات چرخشی ناگهانی و حتی انقباض شدید عضلات ایجاد شود .

❖ علائم

- ✓ مهمترین علامت درد در ناحیه ساق است.
- ✓ درد بر روی استخوان درشت نی همراه با تورم در ناحیه شکستگی که با فشار به محل شکستگی و یا حرکت دادن محل شکستگی بیشتر می شود.
- ✓ بیمار قادر به راه رفتن با پای شکسته نیست.
- ✓ ساق متورم شده و ممکن است به علت جابجا شدن قطعات شکستگی ساق تغییر شکل بدهد.
- ✓ اگر شکستگی باز باشد زخم پوستی دیده می شود و ممکن است لبه استخوان های شکسته شده از درون زخم دیده شوند.

عوارض احتمالی

- ✓ آسیب به رشته های عصبی و رگ های خونی در ناحیه شکستگی
- ✓ در رفتگی علاوه بر شکستگی
- ✓ خونرسانی ناکافی به ناحیه صدمه دیده که باعث مرگ بافت استخوانی می شود.
- ✓ جوش نخوردن شکستگی
- ✓ عفونت زخم ناحیه عمل جراحی

❖ درمان

درمان غیر جراحی

- ✓ در مورد شکستگی استخوان ساق پا (استخوان درشت نی) با جابجایی کم، ممکن است پزشک معالج تصمیم به درمان غیر جراحی بگیرد.
- ✓ در صورتیکه شکستگی بالای استخوان تیبیا باشد ابتدا خون داخل مفصل زانو با سرنگ خارج شده و برای ممانعت از افزایش تورم، زانو بانداز شده، بالا نگه داشته شده و سرد می شود.

- ✓ به مدت ۳-۲ هفته با استفاده از آتل زانو بی حرکت می شود و بعد از این مدت نرمش های خاصی برای ممانعت از محدود شدن حرکات زانو انجام می شود.
- ✓ بیمار باید از زمان شکستگی استخوان ساق پا (استخوان درشت نی) به مدت ۳-۲ ماه از دو عصای زیر بغل استفاده کرده و روی اندام شکسته شده فشار نیاورد.

درمان جراحی

- ✓ در مواقعی که شکستگی استخوان ساق پا (استخوان درشت نی) جابجایی دارد باید ابتدا قطعات شکسته شده در کنار یکدیگر قرار داده شده و فیکس شوند.

❖ فعالیت

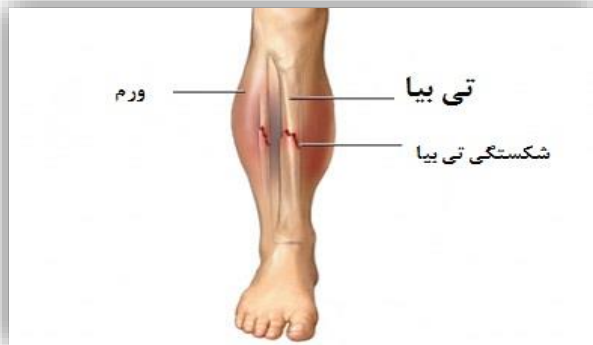
- ✓ استراحت و حفظ بی حرکتی و عدم تحمل وزن در عضو آسیب دیده.
- ✓ انجام تمرینات در محدوده دامنه حرکتی برای حفظ عملکرد مفاصل غیر درگیر.

شکستگی استخوان ساق پا (تی بیا- فیبولا) (مددجوی محترم لطفا پس از مطالعه ، بروشور را به جایگاه خود "استند کنار ایستگاه پرستاری" برگردانید)

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز



بیمارستان شهید چمران



شناسنامه ی بروشور آموزشی کد: pm-06-08-A-06	
عنوان	شکستگی استخوان ساق پا
تهیه کننده	آذر محمدی کارشناس پرستاری
تایید کننده	کارگروه آموزش به بیمار
سال تهیه	۱۴۰۱ : بازبینی : ۱۴۰۵
منابع:	(۱) برونر و سودارت - پرستاری داخلی جراحی (ارتوپدی) ۲۰۲۲
پزشک تایید کننده:	
دکتر سیدعلی هاشمی	
ناظر کیفی:	
دکتر سیدعباس رخشا	

✓ تعویض پانسمان به روش استریل

✓ مصرف آنتی بیوتیک های تجویز شده سر وقت

علائم هشدار

❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمائید؟

✓ اختلال عصبی- عروقی اندام مبتلا:

✓ کرختی، سوزن سوزن شدن، کاهش حرکت، سردی، رنگ پریدگی، کاهش پر شدگی مویرگی، کبودی و قرمزی.

✓ عفونت: تب، افزایش درد، تورم در محل

شکستگی، ترشحات چرکی از گچ و یا پانسمان و بوی بد از پانسمان گچ.

✓ آمبولی چربی: درد سینه، تب، اضطراب و

✓ ایجاد دانه بر روی شکم، گردن بازو و یا زیر بغل

❖ رژیم غذایی و تغذیه

✓ مقدار کافی پروتئین (پروتئین های گیاهی ترجیح داده می شوند)

✓ کلسیم (از طریق مواد غذایی یا داروهای مکمل)

✓ مصرف بیشتر مواد غذایی که لیزین دارند (شیر کم چرب، ماهی، سویا و مخمرها)

✓ ویتامین های E , C , B6 , D , K

✓ مواد غذایی شامل منیزیم ، روی ، مس و سیلیکون

✓ مصرف مایعات فراوان و غذاهای فیبردار جهت جلوگیری از بروز یبوست

❖ خودمراقبتی

✓ شل و سفت نمودن عضله ی چهار سرران جهت جلوگیری از کاهش تن (قدرت) عضلات

✓ بالانگه داشتن اندام نسبت به سطح قلب

✓ استفاده از کمپرس سرد جهت کاهش تورم

✓ استفاده از مسکن تجویز شده توسط پزشک

✓ تغییر وضعیت جهت جلوگیری از زخم بستر