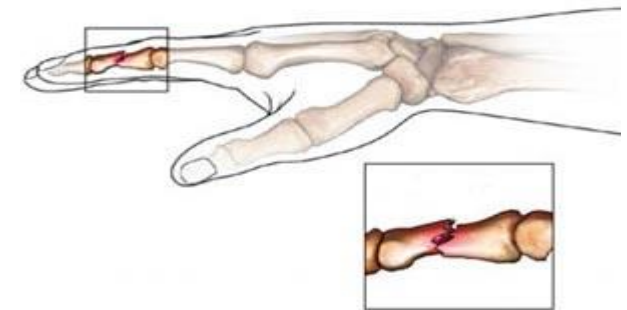


## شکستگی انگشت دست



### علل شکستگی

احتمال شکستگی استخوان های انگشت دست بیش از دیگر استخوان های بدن می باشد. چنانچه احتمال شکستگی استخوان انگشت داده شود، پزشک به کمک تصاویر پرتونگاری یا مقایسه زاویه بین انگشتان دست سالم شکستگی را تأیید یا رد می کند. از علل شکستگی انگشت می توان به موارد زیر اشاره کرد:

### علائم شکستگی انگشت دست

چون شکستگی آسیبی حاد و ناگهانی است، علائم آن غالباً بلافاصله پس از آسیب دیدگی بروز می یابد:

درد ناگهانی تیز در انگشت یا دست - ورم و درد محل آسیب دیدگی - کبودی - بدشکلی آشکار استخوان های انگشت - دشواری در تکان دادن انگشت و شعله ور شدن درد در اثر حرکت دادن انگشت

### چه کسانی بیشتر در معرض خطر شکستگی

#### انگشت قرار دارند؟

افرادی که از استخوان های ضعیفی برخوردار هستند مانند افراد سالمند، افراد که کمبود کلسیم دارند، افرادی که با دستان خود زیاد کار میکنند مانند ورزشکاران و کارگران ، همچنین برخی از ورزش ها، با میزان خطر بیشتری در شکستگی انگشت مواجه هستند مانند: والیبال ، فوتبال ، هاکی ، راگبی ، بسکتبال، بیسبال، بوکس، اسکی، کشتی و اسنو بورد.

### درمان شکستگی انگشت

انگشتان شکسته باید تحت معاینه پزشک قرار بگیرند تا بتوانند در حد ممکن درد را کاهش دهند . برای کاهش درد و التهاب ، می توان کمپرس یخ را روی قسمت آسیب دیده قرار داد. (کمپرس سرد را درون یک حوله پیچیده سپس روی ناحیه مورد نظر قرار دهید.) معمولاً پزشک در این شرایط انگشت شما را گچ می گیرد تا آن

را تکان ندهید. شما نیز می توانید قبل از مراجعه به پزشک، یک چیزی شبیه به خودکار یا خود خودکار را کنار انگشت تان قرار دهید تا انگشت را از طریق آن، در محل صحیح ثابت نگه دارید. در این شرایط نباید بیش از حد انگشت را سفت بست زیرا احتمال آسیب دیدگی افزایش می یابد. انگشت شکسته را به صورت صاف و بدون خمیدگی نگه دارید. -هرگونه طلا یا زیور آلات را نیز از آن خارج کنید.

### درمان جراحی

#### در موارد زیر برای شکستگی استخوان انگشت درمان

#### جراحی نیاز است:

\* شکستگی باز، جا به جا شده و یا بی ثبات - شل شدن قطعات استخوان آسیب مفصل - شکستگی در هم فرو رفته و متعدد - آسیب به رباطها یا تاندونها

### عوارض احتمالی بعد از شکستگی انگشت

\* سفتی مفصل - زخم شدن بافت نرم دست - تغییر شکل انگشت - چرخش استخوان انگشت - بدشکل شدن و کاهش توانایی در استفاده از انگشت - مدت



در صورتی که بیمار پس از مدت ها درد مداوم در ناحیه شکستگی دارد یا جوش خوردن شکستگی استخوان به صورت طبیعی اتفاق نیفتاده است باید به پزشک مراجعه کنید تا توسط عکسبرداری و سی تی اسکن انجام گرفته احتمال جوش نخوردن استخوان بررسی شود.

البته اصولاً یک آزمایش خون هم گرفته می شود تا در صورتی که عفونت علت جوش نخوردن استخوان است تشخیص داده شود.

### علایم هشدار

#### ❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- ✓ در فواصل منظم و مشخص شده توسط پزشک جهت ادامه درمان
- ✓ درد شدید در اندام های صدمه دیده که با ضد دردهای معمولی تسکین نیابد.
- ✓ گزگز و مور مور انتهای اندام مبتلا
- ✓ سردی، رنگ پریدگی و یا کبودی انگشتان در انتهای عضو
- ✓ افزایش ورم انگشتان دست
- ✓ درد و قرمزی در محل زخم
- ✓ ترشح چرکی از زخم

زمان طولانی برای خوب شدن و جوش خوردن استخوان - احتمال ابتلا به عفونت

### پیشگیری از شکستگی انگشت

رژیم غذایی مناسب و دریافت ویتامین D و کلسیم کافی برای حفظ سلامت استخوانها بسیار اهمیت دارد و مانع از شکنندگی آنها می شود.

ورزشکاران و کارگران برای پیشگیری از شکستگی استخوان دست باید اقدامات احتیاطی را انجام دهند.

افرادی که در راه رفتن مشکل دارند و خطر افتادن به زمین در آنها زیاد است می توانند با انجام فیزیوتراپی و استفاده از ابزارهای کمکی، با آسیب های کمتری در راه رفتن مواجه شوند.

### رژیم غذایی مناسب

یک رژیم غذایی متعادل و متنوع داشته باشید که بیشتر شامل لبنیات، حبوبات و میوه و سبزیجات باشد و از مصرف غذاهای شیرین، پرنمک، روغن جامد، الکل، قهوه و شکلات، گوشت قرمز، نوشابه های گازدار، غذاهای آماده، فراورده های گوشتی آماده و سیگار دوری کنید.

<b>شناسنامه ی بروشور آموزشی کد: pm-06-80-A</b>	
<b>عنوان</b>	<b>شکستگی انگشت دست</b>
<b>تهیه کننده</b>	آذر محمدی کارشناس پرستاری
<b>نایب کننده</b>	کارگروه آموزش به بیمار
<b>سال تهیه : ۱۴۰۱</b>	بازبینی : ۱۴۰۵
<b>منابع:</b>	۱) برونر و سودارث - پرستاری داخلی جراحی (ارتوپدی) ۲۰۲۲
پزشک تایید کننده:	
دکتر سیدعلی هاشمی	
ناظر کیفی:	
دکتر سیدعباس رخشا	
(مددجوی محترم لطفاً پس از مطالعه ، بروشور را به جایگاه خود "استند کنار ایستگاه پرستاری" برگردانید)	