

## علائم شکستگی اوله کرانوم چیست؟



شکستگی بدون جابجایی

شکستگی با جابجایی

درد شدید و ناگهانی، تورم در روی زائیده ی اوله کرانوم، خونمردگی در ناحیه ی آرنج، درد در حین حرکت آرنج از علائم این شکستگی است. اگر شکستگی بر اثر ضربه مستقیم به آرنج ایجاد شده باشد ممکن است خراشیدگی یا زخم بر روی پوست زائیده ی اوله کرانوم دیده شود. اگر شکستگی یک تکه و با جابجایی زیاد باشد ممکن است فاصله ی خالی بین قطعات شکسته شده از روی پوست قابل لمس باشد.

وقتی شکستگی یک تکه و با جابجایی زیاد است معمولاً بیمار توانایی مستقیم کردن یا مستقیم نگه داشتن آرنج خود را از دست می دهد. در شکستگی های چند تکه ، ممکن است این توانایی حفظ شده باشد.

## درمان

درمان به دو روش جراحی و غیر جراحی انجام میشود.

## مکانیسم شکستگی اوله کرانوم

این شکستگی ها با دو مکانیسم اتفاق می افتند.

### ضربه ی مستقیم

مانند موقعی که فرد در حالی که آرنج خود را خم کرده به زمین می خورد و اولین جایی که به زمین برخورد می کند آرنج است. و یا موقعی که آرنج خم شده است و جسم محکمی به شدت به برجستگی پشت آرنج برخورد می کند. ضربات مستقیم معمولاً موجب شکستگی های خرد شده و چند تکه ای اوله کرانوم می شود. جابجایی قطعات شکسته شده در این مکانیسم معمولاً کم است.

### ضربه ی غیر مستقیم

مانند وقتی که بیمار قبل از اینکه به زمین برخورد اندام فوقانی و به تبع آن آرنج را صاف و مستقیم می کند. به دنبال برخورد کف دست به زمین و انقباض شدید عضله ی سه سر که به زائیده ی اوله کرانوم متصل است این استخوان شکسته می شود. این مکانیسم معمولاً موجب شکسته شدن یک تکه ی بزرگ از تنه ی استخوان اولنا می شود و مقدار جابجایی در محل شکستگی معمولاً زیاد است.

به برجسته ترین قسمت مفصل آرنج زائیده ی اوله کرانوم می گویند . وقتی که آرنج خود را خم می کنید برجستگی استخوانی سفت و محکمی را در زیر پوست پشت آرنج لمس می کنید. این برجستگی را زائیده ی اوله کرانوم یا به اختصار اوله کرانوم می گویند. زائیده ی اوله کرانوم در واقع بالاترین قسمت استخوان زند زیرین یا اولنا است که در تشکیل مفصل آرنج نقش دارد.

مفصل آرنج از سه استخوان تشکیل می شود. در بالا قسمت پایینی استخوان بازو قرار دارد و در پایین، قسمت بالایی دو استخوان ساعد یعنی زند زیرین (اولنا) و زند زبرین(رادیوس) در تشکیل مفصل آرنج شرکت می کنند. زند زیرین همان استخوانی است که در طرف انگشت کوچک دست قرار گرفته است و زند زبرین استخوانی است



که در طرف شست دست است.

در صورت جابه جایی قطعات شکسته از روش جراحی در صورت عدم جابه جایی از آتل گچی استفاده میشود.

### رژیم غذایی و تغذیه

به دنبال این نوع شکستگی رژیم غذایی خود را به صورت زیر تنظیم نمائید:

✓ برای تسریع التیام بافت نرم و استخوان، رژیم غذایی پرپروتئین و پرکالری استفاده کنید.

✓ جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر (میوه‌ها و سبزیجات) حاوی سیوس و مایعات فراوان استفاده کنید.

✓ مصرف سبزیجات و مرکبات و آب میوه‌های تازه حاوی ویتامین C (ث)، می‌تواند به بهبود سریعتر زخم کمک کند.

✓ از مصرف موادی که موجب دفع کلسیم از ادرار می‌شود مانند مواد کافئین دار (قهوه و نوشابه)، مشروبات الکلی، گوشت قرمز خودداری نمائید.

### فعالیت

به دنبال این نوع شکستگی فعالیت خود را به صورت زیر تنظیم نمائید:

✓ سعی کنید هر چه سریع‌تر از تخت خارج شوید.

✓ از انجام ورزش‌های سنگین و ورزش‌هایی که احتمال ضربه به محل شکستگی یا سقوط وجود دارد خودداری نمائید.

✓ با اجازه پزشک می‌توانید ورزش‌های سبک مانند پیاده روی انجام دهید.

### علائم هشدار

در صورت مشاهده علائم زیر به پزشک مراجعه نمائید:

در صورت داشتن گچ با مشاهده علائم زیر:

- درد شدید در اندام‌های 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 گچ گرفته شده
- هر گونه ترک، شکستگی یا نرمی در گچ
- افزایش ورم انگشتان دست حتی پس از قراردادن عضو گچ گرفته بالاتر از قلب
- بوی غیر طبیعی یا نامطبوع و یا ترشح از گچ



## شکستگی مفصل آرنج (استخوان اوله کرانون)



شناسنامه ی بروشور آموزشی	
عنوان	شکستگی مفصل آرنج کد: pm-06-75-A-06
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	