



❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ 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 سبوس و مایعات فراوان استفاده کنید.
- ✓ صرف سبزیجات و مرکبات و آب میوه‌های تازه حاوی ویتامین C، می‌تواند به بهبود سریع‌تر زخم کمک کند.

نرمش‌های خاصی را برای افزایش دامنه حرکتی مچ دست و تقویت عضلات ساعد انجام دهد.

✓ **عمل جراحی:** در صورت وجود موارد زیر جهت درمان شکستگی از عمل جراحی استفاده می‌شود:

- اگر شکستگی‌ها متعدد باشند.
- عروق آسیب دیده باشد.
- فرد بسیار چاق باشد.
- شکستگی از نوع باز باشد.
- درمان غیر جراحی منجر به جوش خوردن نشده باشد.
- جابه‌جایی قطعات شکستگی زیاد باشد.
- ✓ در روش معمول طی عمل جراحی دو قطعه شکسته در مجاورت یکدیگر قرار گرفته و با پیچ و پلاک ثابت می‌شود. در موارد خاصی از میله‌های داخل استخوان یا ثابت کننده‌های خارجی برای بی‌حرکت نمودن قطعات شکسته در وضعیت اصلاح‌شده استفاده می‌شود.

❖ شرح بیماری

ساعد دو استخوان دارد. شکستگی ساعد ممکن است به صورت شکستگی یکی از استخوان‌ها و یا هر دو استخوان باشد. در هر صورت درمان آن یکسان است.

❖ عوارض احتمالی

- ✓ عوارض پوستی بر اثر پاره شدن پوست روی استخوان و عوارض عروقی و عصبی
- ✓ جوش نخوردن و بد جوش خوردن شکستگی
- ✓ آتروفی سودک که با این علائم همراه است: دست بیمار متورم و دردناک، قرمز و گرم شده و پوست روی آن براق می‌شود

❖ درمان

- ✓ **بدون عمل جراحی:** در اکثر موارد می‌توان این شکستگی را بدون عمل جراحی و با استفاده از گچ‌گیری درمان نمود. گچ معمولاً بعد از شش هفته خارج می‌شود. پس از خارج کردن گچ، مچ دست بیمار قدری محدودیت حرکت خواهد داشت. در این زمان بیمار باید تحت نظر پزشک معالج یا فیزیوتراپ



شناسنامه ی بروشور آموزشی کد: pm-06-09-A

عنوان	شکستگی ساعد (استخوان رادیوس)	
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:		
ناظر کیفی:		

(مددجوی محترم لطفا پس از مطالعه ، بروشور را به جایگاه

خود "استند کنار ایستگاه پرستاری " برگردانید)

- از مصرف موادی که موجب دفع کلسیم از ادرار می شود مانند مواد کافئین دار (قهوه و نوشابه)، مشروبات الکلی، گوشت قرمز خودداری نمایید.
- تب و لرز
- ترشح چرکی از زخم
- بی اشتهايي

❖ آموزش به بیمار

- دست خود را بالاتر از سطح قلب قرار دهید.
- هنگام راه رفتن از دست آویز استفاده کنید.
- در صورت وجود زخم آن را پانسمان کنید.
- انگشتان دست را به طور منظم خم و راست کنید و حرکت دهید.
- پمفلت مراقبت از گچ و پانسمان را مطالعه کنید.
- کشیدن بخیه با مراجعه به درمانگاه با نظر پزشک انجام میشود.
- از مصرف دخانیات پرهیزید.

❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- ✓ در فواصل منظم و مشخص شده جهت ادامه درمان در صورت داشتن گچ با مشاهده علائم زیر:
- درد شدید در اندام های صدمه دیده که با ضد دردهای معمولی تسکین نیابد.
- گز گز 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 نا مطبوع و یا ترشح از گچ
- ✓ در صورت انجام عمل جراحی و وجود زخم با مشاهده علائم زیر:
- درد و قرمزی در محل زخم