

مراقبت های لازم در آسیب به قفسه سینه:

قفسه ی سینه به دلیل وجود اندام های ریه ، قلب ، عروق و نای از اهمیت ویژه ای برخوردار است چون ضربه به قفسه ی سینه باعث آسیب به این اندام ها می شود. ضربه به قفسه ی سینه به صورت نافذ و غیر نافذ به ترتیب باعث آسیب باز و بسته می شود.

انواع صدمات :

بسته (بلانت) : به علت وارد شدن فشار ناگهانی و یا فشار مثبت بوجود می آید. تصادفات با اتومبیل، سقوط و فرمان موتور بیشترین علت صدمات بلانت هستند.

شکستگی دنده ها : دنده ها می توانند در اثر عواملی مثل وارد شدن فشار مستقیم به قفسه سینه، ضربات مشت، سقوط و یا اعمال فشار غیر مستقیم به عنوان مثال در ضربات له کننده مانند آوار، دچار شکستگی شوند. اگر شکستگی دنده با زخمهای نافذ نیز همراه شده باشد، ممکن است تنفس به خطر بیفتد.

شکستگی جناغ : معمولاً در اثر برخورد با فرمان ماشین یا داشبورد ایجاد می شود در اثر این آسیب ممکن است

ریه یا میوکارد قلب کوبیده شود. از شایع ترین علائم شکستگی جناغ افزایش تعداد تنفس است.

قفسه سینه ناپایدار : شایع ترین علت قفسه ی سینه ی شناور به ترتیب، اول تصادف و بعد سقوط از ارتفاع است. در این آسیب دو یا چند دنده از دو قسمت یا بیشتر دچار شکستگی شده یا اینکه جناغ به همراه چند دنده از قفسه ی سینه جدا می شود در این حالت قسمت شناور در هنگام دم به جای خارج به داخل و در هنگام بازدم به جای داخل به خارج حرکت می کند که به این حرکات ، حرکات متناقض گفته می شود. در صورتی که قفسه ی سینه ی شناور بی حرکت شود درد کم و تنفس راحت تر می شود . بالشتک حجیمی روی قفسه ی سینه ی شناور قرار داده و با یک باند باید بسته شود و از قرار دادن جسم سنگین روی قفسه ی سینه ی شناور و یا محکم بستن آن جداً باید خودداری شود چون حجم جاری را کم می کند.

علائم و نشانه های آسیب قفسه ی سینه

درد در محل آسیب

درد موضعی تشدید شونده با تنفس در محل آسیب

تنگی نفس

خروج خون با سرفه

اختلال در اتساع طبیعی قفسه ی سینه

نبض سریع

کاهش فشارخون

کبودی (سیانوز) در لب ها و بستر ناخن ها

راهکارهای انتخابی تسکین درد

مسدود کردن عصب بین دنده ای و قراردادن کیسه یخ روی محل شکستگی می باشد.

بیشتر شکستگی های دنده ظرف ۳-۶ هفته بهبود می یابد.

درمان قفسه سینه شناور همانند درمان دنده شکسته معمولاً حمایتی است.

درمان شامل پاک کردن ترشحات از ریه ها و کنترل درد می باشد که معمولاً با فیزیوتراپی ریه که متمرکز بر روش های اتساع ریه و تخلیه ترشحات است انجام می گردد.

مراقبت های پس از ترخیص

۱-درد در ناحیه قفسه سینه و محل ضربه معمولاً پس از یک هفته بهبودی نسبی می یابد، اما اغلب ۳ تا ۶ هفته و گاهی تا چند ماه (به طور خفیف تر) ادامه پیدا می کند.

۲-درد شما ممکن است با حرکت کردن، سرفه، عطسه، خنده و حتی تنفس عمیق تشدید و بدتر شود.

۳-از استراحت مداوم در بستر بیش از ۲-۱ روز پرهیز کنید و به فعالیت های روزمره خود باز گردید. چون



بیمارستان شهید محمد منتظری

مراقبت های لازم در آسیب به قفسه سینه



تاریخ تدوین: ۱۳۹۸/۰۹/۲۰

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۹/۰۹

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۰۹/۰۹

کد: MH.BR.PE.SU.۱۵۰

واحد آموزش به بیمار

خونریزی شود. در صورت سابقه ابتلا به زخم معده فقط استامینوفن مصرف کنید.

۹- به هیچ وجه از ترکیبات ضدسرفه استفاده نکرده و سرفه را مهار نکنید. کم کردن سرفه باعث زیاد شدن احتمال عفونت ریه می شود.

۱۰- از مصرف سیگار و قلیان و تماس با هر گونه دود خودداری کنید.

۱۱- در طول ۲-۳ روز اول هنگام خوابیدن از یکی از نزدیکان خود بخواهید وضعیت تنفس شما را در طول خواب هر ۳-۴ ساعت یک بار ارزیابی کند، تا هر گونه تغییر وضعیت مانند سختی یا تند شدن یا صدادر شدن تنفس ها به زودی مشخص شود.

۱۲- در یک یا دو روز اول پس از ترخیص جهت کاهش درد از کمپرس سرد یا کیسه یخ استفاده کنید. کیسه یخ را به مدت ۲۰ دقیقه بر روی قسمت های دردناک قرار دهید و این کار را هر ۳-۴ ساعت تکرار کنید. دقت کنید یخ در تماس مستقیم با پوست قرار نگیرد. در صورت بروز کبودی کمپرس را متوقف کنید.

۱۳- در روزهای بعدی از کمپرس گرم یا حوله گرم یا دوش آب گرم استفاده کنید. در صورت بروز قرمزی شدید از ادامه کمپرس خودداری کنید.

استراحت طولانی باعث ضعف و خشکی عضلات و افزایش احتمال بروز عفونت در ریه ها می شود (از حرکات و فعالیتهای سریع، ناگهانی و طولانی مدت، پیوسته و شدید خودداری کنید)

۴- کاهش فعالیت و باز نشدن ریه ها باعث بروز عفونت می شود، بنابراین هر ۲-۱ ساعت ۱۰ بار نفس های کاملا عمیق بکشید به طوری که قفسه سینه کاملا باز شود و هر بار ۳ ثانیه نفس خود را نگاه دارید و بعد بیرون بدهید، این کار ممکن است باعث احساس درد شود.

۵- در صورت بروز سرفه به هیچ وجه جلوی آن را نگیرید. سرفه احتمال عفونت را کاهش می دهد.

۶- هنگام سرفه یا نفس عمیق می توانید یک بالش را به قسمتی از قفسه سینه که دچار ضربه و احساس درد شده است محکم فشار دهید تا میزان درد کاهش یابد.

۷- این آسیبها نیاز به گچ، آتل، پانسمان یا بانداز ندارند. بنابراین از بستن قفسه سینه (مثلا با پارچه یا باند به دور آن) خودداری کنید

۸- جهت کنترل درد از داروهای ضد درد مانند ترکیبات استامینوفن، بروفن، ژلوفن و ناپروکسن استفاده کنید. توجه کنید که استفاده از ترکیبات حاوی آسپیرین ممکن است باعث بروز