

شایع ترین دلایل شکستگی در استخوان ساق پا زمین خوردن (سقوط)، تصادفات با وسایل نقلیه و آسیب های ورزشی میباشد.

علائم شکستگی:

✓ مهم ترین علامت این شکستگی درد و تورم و تغییر شکل در ناحیه ی ساق پا میباشد. درد با حرکت و فشار به محل شکستگی بیشتر میشود.

✓ تورم و حساسیت به لمس

✓ کبودی و تغییر شکل آشکار

✓ ناتوانی در راه رفتن

روش های درمانی:

۱) درمان جراحی:

درمان جراحی معمولاً با گذاشتن پلاتین درپامیباشد. پلاتین ممکن است خارجی یا داخلی باشد.

بعد از جراحی معمولاً در عرض سه ماه استخوان به اندازه ای جوش میخورد که فرد بتواند بدون کمک و بدون استفاده از عصا راه برود اما تمام بیماران قبل از راه رفتن باید توسط پزشک معاینه و از ساق پای آنها عکس رادیولوژی گرفته شود. در صورتی که

عکس رادیولوژی نشان دهنده جوش خوردگی شکستگی باشد فرد میتواند بدون عصا راه برود. با این حال دویدن و فعالیت های ورزشی باید با دستور پزشک انجام گیرد.

۲) روش های غیر جراحی:

در مواردی که شکستگی بدون جابه جایی است باید از جابه جاشدن شکستگی تا وقتی قطعات به هم جوش میخورند جلوگیری کرد. در این موارد درمان به صورت گچ گیری میباشد. کف پا و ساق بیمار تا مفصل زانو گچ گیری میشود به نحوی که بیمار بتواند زانوی خود را خم کند.

مدت نگهداری گچ:

بر حسب شکستگی، گچ پای بیمار پس از ۶ هفته تا ۱۲ هفته خارج شده و نرمش های خاصی جهت به دست آوردن دامنه حرکت مچ پا و عضلات ساق انجام میشود. یکی از مشکلات این نوع درمان این است که وقتی مچ پای بیمار به مدت سه ماه در گچ میماند پس از خروج از گچ دچار محدودیت حرکتی میگردد که ممکن است با فیزیوتراپی و انجام نرمش های لازم به طور کامل بهبود نیابد.

لخته شدن خون در رگ:

یکی از عوارض شکستگی ، لخته شدن خون در سیاه رگ های عمیق ساق است. که میتواند بسیار خطرناک باشد. لخته شدن ممکن است موجب اختلال در عملکرد قلب و ریه شود. بعد از جراحی داروهایی داده میشود تا از لخته شدن خون در پاها جلوگیری شود که به آن داروهای رقیق کننده خون میگویند. استفاده از این داروها میتواند تا چند هفته بعد از جراحی هم ادامه پیدا کند.

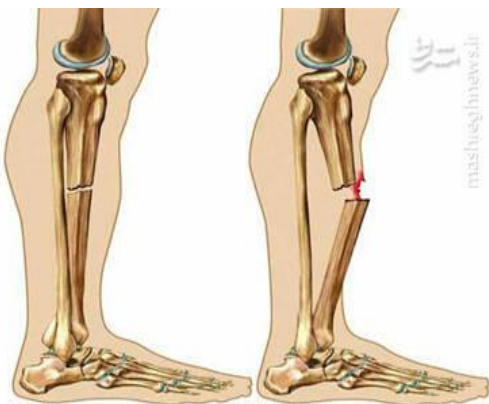
پانسمان:

معمولاً پانسمان زخم جراحی تا ۴۸ ساعت بعد از عمل جراحی تعویض نمیشود. تعویض پانسمان باید بعد از مرخص شدن بیمار در منزل انجام شود در صورتی که بیمار ماندگار در بیمارستان شود تعویض پانسمان توسط پرستاران انجام میشود. باید در چند روز اول پس از جراحی دراز کشیده و یک یا چند بالش زیر اندام طوری قرار داد که ساق پا بالاتر از سطح قلب قرار گیرد. انگشتان پای شکسته را مکرراً حرکت دهید. مقداری یخ خرد شده را در یک کیسه پلاستیکی خشک قرار داده و آن را به طور متناوب نه دائمی در محل شکستگی قرار دهید.



بیمارستان شهید محمد منتظری

شکستگی استخوان ساق پا



تاریخ تدوین : ۱۳۹۸/۰۹/۲۳

تاریخ بازنگری : ۱۴۰۴/۰۹/۰۹

تاریخ بازنگری بعدی : ۱۴۰۷/۰۹/۰۹

کد : MH.BR.PE.SU.۲۱۷

واحد آموزش به بیمار

خود میوه استفاده شود) میتواند برای جلوگیری از یبوست مصرف شود.

کنترل درد:

- ❖ درد مدت کوتاهی پس از جراحی به سرعت کاهش می یابد. بعد از دوالی سه روز اغلب فقط گاهی برای رفع سفتی و گرفتگی عضلات به داروهای مسکن طبق دستور پزشک نیاز پیدا میکنید.
- ❖ استفاده از کیسه یخ به طور متناوب نه دائمی و طبق نظر پزشک ، میتواند به کنترل درد و کاهش تورم کمک کند.
- ❖ باتغییر وضعیت و آرامش فکری و پرت کردن حواس به کاهش درد کمک کنید.
- ❖ در صورت تورم و درد غیرقابل کنترل، سردی و رنگ پریدگی انگشتان پا و یا احساس فلج، سریعاً به پزشک مراجعه کنید.

نکات قابل توجه:

- ممکن است پزشک معالج دارو های آنتی بیوتیک خوراکی برای شما تجویز کند تا بعد از مرخص شدن از بیمارستان تا مدتی از آنها در منزل استفاده کنید ، از قطع کردن داروها بدون دستور پزشک خودداری نمایید.
- ❖ در صورت داشتن علائم عفونت از جمله تب، لرز، قرمزی و خروج ترشح چرکی از ناحیه ی عمل شده و حساسیت در لمس به پزشک مراجعه کنید.
- ❖ از روز سوم به بعد میتوانید به حمام بروید بخیه ها را تمییز و خشک نگه دارید. تعویض پانسمان باید بعد از مرخص شدن در منزل توسط پرستار یا همراه بیمار که در بیمارستان آموزش دیده انجام شود.
- ❖ بخیه های ناحیه ی عمل شده دو هفته پس از عمل طبق نظر پزشک کشیده میشود.
- ❖ تنفس عمیق و سرفه به خروج خلط کمک میکند.
- ❖ یبوست از عوارض بعد از عمل میباشد که به دلیل کاهش حرکات و استفاده از داروهای ضد درد میباشد. آب کافی، مصرف مواد غذایی حاوی فیبر از جمله سبزیجات- غلات- میوه های تازه ، (آب میوه توصیه نمیشود و بهتر است از