

شماره سند: H00B1E100/T13

تاریخ ویرایش: ۱۴۰۴/۰۵/۲۰

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۶/۱۲/۲۵

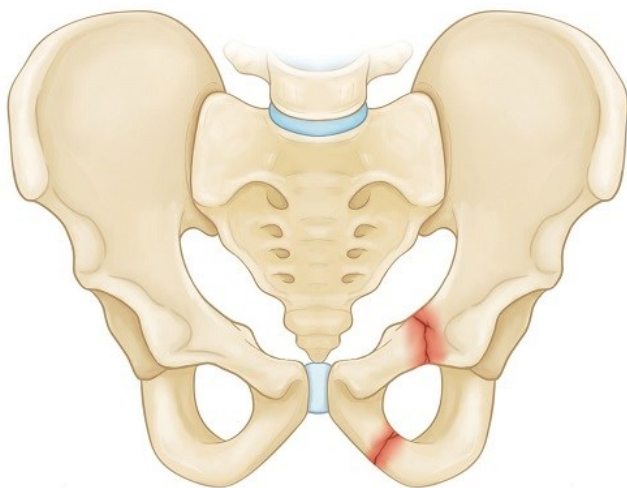


دانشگاه علوم پزشکی شهید
بهشتی تهران

آموزش به بیمار

آشنایی با شکستگی لگن:

از علائم اولیه تا بهبودی



مرکز آموزشی پژوهشی

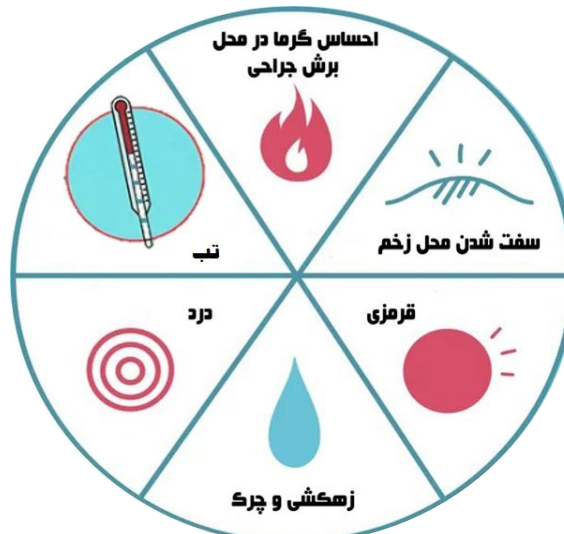
درمانی شهید هاشمی تژاد

واحد آموزش به بیمار

چه زمان فوری به پزشک مراجعه کنم؟

در صورت مشاهده علائم ذیل حتما قبل از زمان تعیین شده به

پزشک خود مراجعه کنید.



منبع: سایت www.medlineplus.gov

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید

هاشمی تژاد تلفن: ۱۵-۱۱۰۱۳۷۳۷۰۵ یا با شماره ۳۱۰۹

تماس گرفته و شماره بخش ارتوپدی ۲۴۵۰ و جراحی زنان ۲۲۱۲ را

وارد نمایید.

سایت بیمارستان: hasheminejad.mums.ac.ir

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه روزه

به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲ پاسخگوی سوالات شما می باشد

تلفن داخلی کلینیک ۸۰۰۳ می باشد.

جهت دریافت محتوای آموزشی بارکد زیر را اسکن کنید



در آپارات مارا
دنبال کنید



♦ پانسمان زخم بیمار باید طبق دستور پزشک تعویض شود.

حرکاتی را که توسط پزشک یا فیزیوتراپ به شما آموزش داده شده است در منزل بطور مرتب انجام دهید تا مفاصل تان دچار خشکی نشوند.

چه مواد غذایی به بهبود شکستگی کمک

می‌کند؟

♦ رژیم غذایی حاوی کلسیم (شیر و لبنیات کم چرب)،

پروتئین (گوشت مرغ و ماهی) و حبوبات و سبزیجات تازه

♦ مصرف آب فراوان و مایعات طبیعی جهت جلوگیری از یبوست.

♦ ویتامین دی (D) را در بسیاری از خوراکی ها از جمله ماهی

ها، تخم مرغ، شیرهای فرآوری شده و نور خورشید دریافت نمود.

♦ ویتامین سی (C) را نیز باید با مصرف میوه و مرکبات

تامین کنید. استفاده از نان و غلات و پروتئین ها مانند

انواع گوشت خصوصا گوشت قرمز کم چربی و در صورت

نداشتن مشکلات کلیوی مصرف زیاد مایعات و آب میوه تازه

در بهبود شما موثر باشد.

مددجوی عزیز:

این پمفلت شامل اطلاعاتی در مورد بیماری شما است که رعایت آنها به بهبودی شما کمک می‌کند. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید.



شکستگی لگن چگونه رخ می‌دهد؟

یک آسیب جدی است که عوارض آن، می‌تواند تهدید کننده زندگی باشد. خطر شکستگی لگن با افزایش سن افزایش می‌یابد.

- شکستگی لگن در سنین بالا به علت : پوکی استخوان و در نتیجه ضعیف شدن استخوان، به راحتی و با ضربه کمی و معمولاً بدنبال زمین خوردن ایجاد می‌شود.
- شکستگی لگن در جوان ها ، معمولاً بدنبال ضربات شدید تر مانند: تصادف اتومبیل و یا سقوط از ارتفاع ایجاد می‌شود .

علائم شکستگی لگن می‌تواند شامل موارد زیر باشد:

- درد، کبودی و ورم
- هنگام راه رفتن مشکل در راه رفتن یا درد دارید
- ضعف یا از دست دادن احساس در پاها
- درد در ناحیه ران و یا دردی که در محل زانو احساس می‌شود
- درد در ناحیه پایین کمر
- چرخش پا در یک زاویه غیر عادی که باعث کوتاه تر به نظر رسیدن پاها می‌شود.

شکستگی لگن چگونه تشخیص داده می‌شود؟

از طریق انجام رادیوگرافی، سی تی اسکن یا ام آر آی از لگن انجام می‌شود.

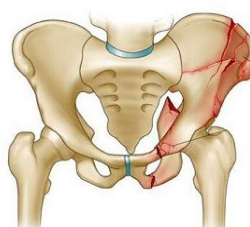


شکستگی استخوان لگن چگونه درمان می‌شود؟

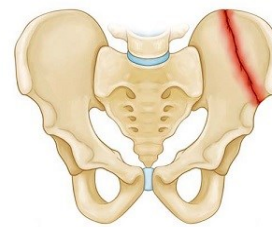
درمان به نوع شکستگی لگن و شدت آن بستگی دارد.

شکستگی خفیف لگن معمولاً با موارد زیر درمان می‌شود:

- استراحت
- قرار ندادن وزن بدن بر روی استخوان های آسیب دیده
- استفاده از کمپرس سرد در محل آسیب دیده
- عصا یا واکر برای کمک به راه رفتن



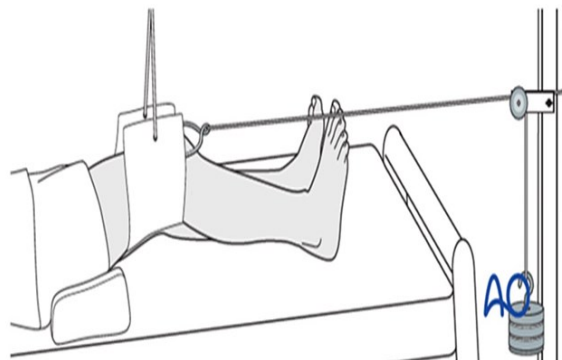
شکستگی ناپایدار لگن



شکستگی پایدار لگن

شکستگی شدید لگن معمولاً با موارد زیر درمان می‌شود:

- بلافاصله پس از آسیب دیدگی، معمولاً با قرار دادن کشش یا ابزار اتصال دهنده دیگر در اطراف لگن، شکستگی شدید لگن را ثابت می‌کنند.



- سپس شکستگی شدید لگن با جراحی برای بازگشت لگن در موقعیت صحیح درمان می‌شود.

چگونه می‌توانم در منزل از خودم مراقبت کنم؟

- داروهایی جهت جلوگیری از لخته شدن خون در سیاهرگ های اندام های تحتانی به بیمار داده میشود که ممکن است تزریقی یا خوراکی باشند. این داروها تا زمان تعیین شده توسط پزشک باید مصرف شوند. پس در صورت ورم کردن ساق پا، بیمار باید در اسرع وقت به نزدیکترین مرکز درمانی جهت معاینه مراجعه نماید.