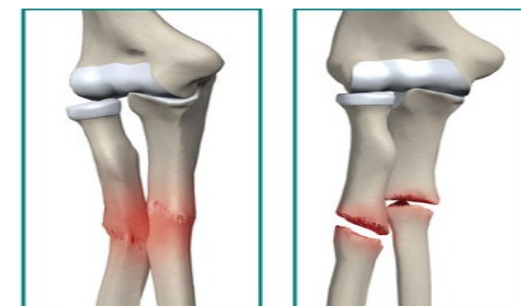




دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سیرجان
بیمارستان ثامن الحجج
(آموزش به بیمار)

شکستگی استخوان ران و مفصل ران



آخرین بازنگری فروردین ۱۴۰۵

در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر با سایت بیمارستان تماس حاصل
نمائید.

Samenalhojajhp.sirums.ac.ir/fa

مراقبت های بعد از عمل جراحی تعویض مفصل ران:

۱. مراقبت از زخم :پانسمان هرچند وقت یکبار
تعویض گردد؟ معمولا زخم جراحی یکروز
درمیان تعویض میشود و تا مدتی ترشحات ابکی
وزلال دارد که ممکن است پانسمان را خیس
کرده تا وقتی که پانسمان روی زخم خیس
میشود تعویض پانسمان باید در فواصل زمانی
کم انجام شود . بعد از چند روز این ترشحات
قطع میشود در صورتی که ترشحات زخم بیش
از یک هفته طول کشید باید به پزشک معالج
اطلاع داد . معمولا بخیه ها بعد از دو هفته
کشیده میشود .

۲ . تورم محل عمل : در چندماه اول مختصری
تورم در محل عمل و اندام تحتانی طبیعی است
ولی هرگونه افزایش تورم باید به پزشک معالج
رسانده شود .

۳ . درد : تا چند هفته بعد از جراحی بیمار
در شب و یا در هنگام فعالیت ، در محل جراحی
درد داشته باشد که این حالت به تدریج از بین
میرود .

۴ . آنتی بیوتیک : ممکن است بعد از عمل
جراحی دارو های آنتی بیوتیک خوراکی برای
بیمار تجویز شود تا مدتی از آنها در منزل
استفاده نماید .

بعد از عمل در حالت خوابیده به پشت
استراحت نمایید بلند کردن مستقیم پا از
روی تخت ها جایز نیست استفاده از
وسایل کمک حرکتی مثل عصا و واکر
در شروع حرکت کمک کننده است
هنگام راه رفتن با عصا حداکثر وزن
خود را به دست ها وارد کنید

عوارض بعد از جراحی مفصل

- ❖ عفونت محل جراحی
- ❖ لق شدن محل مفصل مصنوعی
- ❖ ساییده شدن مفصل مصنوعی
- ❖ خورده شدن استخوان در اطراف مفصل
مصنوعی
- ❖ شکستگی استخوان های اطراف مفصل
مصنوعی
- ❖ تغییر طول اندام
- ❖ لخته شدن خون و ایجاد آمبولی

منبع: کتاب مرجع داخلی - جراحی برونر سوارث



شکستگی استخوان ران و مفصل

ران

شکستگی ممکن است هرجایی در طول استخوان ران رخ دهد. استخوان ران بلندترین استخوان بدن است و خون زیادی به آن میرسد.

این نوع شکستگی غالباً از زمین خوردن و تصادف های جاده ای ناشی میشود. درپیرها ممکن است حتی یک زمین خوردن ساده هم منجر به شکستگی شود. اما در جوانان برای شکسته شدن استخوان ران به نیروی قابل توجهی نیاز است.

عوارض و نشانه ها:

۱- از شکل افتادگی قابل مشاهده در ناحیه ران

۲- عوارض و نشانه های شوک. مانند پایین افتادن فشار خون.

درمان: هرچه زمان عمل جراحی به تاخیر افتد شانس نكروز سرفمور بیشتری شود و ممکن است پروتز نیاز شود.

محدودیت حرکتی زانو پس

از شکستگی ران

تمرینات فیزیوتراپی باید بلافاصله بعد از جراحی ران برای جلوگیری از خشکی زانو شروع شود. یکی از شایع ترین عوارض شکستگی استخوان ران محدودیت حرکتی در مفصل زانو است. این محدودیت حرکتی میتواند بصورت ناتوانی بیمار در خم کردن زانو باشد و یا ممکن است بیمار توانایی صاف کردن کامل زانو را از دست دهد.

مهمترین و موثرترین راه برای ممانعت از خشکی زانو و ایجاد محدودیت حرکتی زانو بعد از جراحی توسط فیزیوتراپیست است. مهمترین عاملی که مانع خم و راست کردن زانو توسط بیمار و بعد از جراحی میشود درد محل شکستگی است که با حرکت زانو بیشتر میشود و بسیاری از بیماران به علت عدم آگاهی از لزوم انجام نرمش و حرکات زانو و یا به علت ترس از درد این حرکات را انجام نمیدهند و نتیجه آن چیزی جز خشکی و محدودیت حرکت زانو نیست. در یک هفته اول بعد از جراحی بیمار میتواند به راحتی نرمش هارا تحمل کند و زانو را خم کند ولی با گذشت یک هفته از عمل جراحی انجام این حرکات مشکل تر می شود.

تغذیه در شکستگی

مهمترین مواد معدنی استخوان کلسیم و فسفر میباشد که بخصوص کلسیم در مواد غذایی زیر به مقدار زیادی وجود دارد. ماست کم چرب {هر لیوان ماست ۳۵۰ میلی گرم کلسیم دارد}. سبزیجات سبز و اسفناج و بادام و پرتقال هر {عدد پرتقال متوسط حدود ۵۰ میلی گرم کلسیم دارد}. سویا و بادام زمینی. بنابراین خوردن این مواد در جوش خوردن شکستگی هامفیداست. شکر {شیرینی جات و نوشابه} مصرف بیش از حد شکر مانع جذب پروتئین ها و سایر مواد غذایی از روده میشود. یکی از عوامل موثر که باعث اختلال در جوش خوردن شکستگی میشود سیگار است. مصرف ذخانیات باعث میشود قطر سرخرگ ها ۲۰ درصد کمتر شود که مواد غذایی و دیگر عوامل موثر به محل جوش خوردگی کمتر برسد و در نتیجه شکستگی دیرتر جوش بخورد و یا اصلاً جوش نخورد. نحوه تعویض پانسمان طبق نظر پزشک می باشد که معمولاً یک روز در میان است.

