بسم الله الرحمن الرحیم

موضوع:شکستگی های لگن

تهیه کننده:سرگل چوپانی

پرستار بخش جراحی
بیمارستان حضرت رسول (ص)

درمان

کنترل خونریزي و شوك هموراژیک*

کنترل و درمان آسیب دستگاه ادراري

درمان شکستگی

کنترل کاهش فشار خون و خونریزي

فعالیت هاي مجاز و غیر مجاز بعد از عمل

شکستگی لگن از شدیدترین آسیب هاي اسکلتی است و نیاز به یک دوره بازپروري دقیق و طولانی دارد .بسیاري از این شکستگی ها نیاز به درمان جراحی دارند. بیحرکتی براي کسی که دچار شکستگی لگن شده یک سم مهلک است و عوارض متعدي دارد. هدف بازپروري بعد از عمل جراحی این شکستگی اینست که بیمار هر چه زودتر راه اندازي شده و شروع به حرکت کند. این کار موجب میشود از عوارض متعدي که به علت بیحرکتی بیمار ایجاد میشوند پیشگیري به عمل آید.

بعد از جراحی شکستگی هاي لگن هیچ گونه گچ گیري براي بیمار انجام نشده و از آتل استفاده در صورتیکه این شکستگی ها جااندازي نمیشود شده و با پیچ و پلاك جراحی شده اند دستورالعمل زیر براي بیمار اجرا میشود

معمولا بیمار تشویق میشود روز بعد از جراحی در کنار تخت نشسته و پا ها را از کنار تخت آویزان کند بیمار باید در طول شبانه روز بیشتر نشته باشد تا اینکه دراز بکشد

چند روز بعد از جراحی شکستگی لگن به بیمار اجازه داده میشود تا با کمک واکر یا دو عصاي زیر بقل راه برود. بیمار باید به توسط فیزیوتراپ راه اندازي شود. فیزیوتراپ به وي یاد میدهد تا چگونه از واکر یا عصا استفاده کرده و چگونه درست راه برود. معمولا به بیمار توصیه میشود تا مدتی پاي طرف آسیب دیده را در حین راه رفتن بر روي زمین فشار ندهد. این کار لازم است چون معمولا پیچ و پلاك هاي کار گذاشته شده در لگن تحمل وزن بیمار را ندارند. پس از مدتی که شکستگی بیمار جوش خورد بیمار میتواند پاي جراحی شده را هم بر روي زمین فشار دهد. مدت زمانی که بیمار نباید پاي طرف شکسته شده را بر روي زمین فشار دهد را پزشک معالج مشخص میکند

بعد از چند هفته حرکاتی به بیمار آموزش داده میشود که به توسط آنها عضلات ناحیه لگن بیمار تقویت میشوند. تقویت عضلات لگن بسیار مهم بوده و در صورت انجام نشدن آنها، هم شکستگی دیرتر جوش میخورد و هم راه رفتن بیمار دچار مشکل خواهد شد

رژیم غذایی مجاز و غیر مجاز

کلسیم مهمترین ماده اي که بدن براي سرعت دادن به جوش خوردن شکستگی استخوان به آن نیاز دارد کلسیم استپروتئین وویتامین سی

مصرف موادی مثل شکر، نمک، الکل، کافئین و گوشت قرمز، روغن جامد، شیر پرچرب، میتواند موجب ضعیف شدن استخوان و کند شدن روند ترمیم شکستگی استخوان شوند.