

شکستگی استخوان ران یا فمور

لگن پایین ترین قسمت تنه در جایی قرار دارد که تنه به اندام تحتانی متصل می شود. استخوان لگن یک ساختمان حلقوی است که در بالا به ستون فقرات و از پایین با استخوان ران متصل می شود. که وظیفه آن انتقال نیروی وزن از تنه به اندام های تحتانی است. و در هنگام نشستن وزن تنه مستقیماً از طریق لگن به زمین وارد می شود.

از علل شکستگی لگن میتوان زمین خوردن و یا ضربه مستقیم که به بخش کناره لگن وارد می شود را نام برد. این نوع شکستگی معمولاً به دنبال حوادثی مانند سقوط از ارتفاع ، تصادفات ، حوادث ورزشی و حوادث حین کار را نام برد.

گاهی ضعیف شدن استخوان نیز می تواند به علت پوکی استخوان ، سرطان و برخی بیماریهای دیگر باشد. که باعث حساس و شکننده شدن استخوان لگن می شود.

در شکستگی حلقه لگن اگر خفیف باشد معمولاً با مدتی استراحت ترمیم می شود. ولی اگر از نوع شدید باشد به علت خونریزی شدید می تواند در عرض چند ساعت منجر به مرگ شود.



شکستگی استابولوم

در این شکستگی جا اندازی آن بسیار اهمیت دارد در صورتیکه بعد از جااندازی در صورتیکه کوچکترین جابجایی بین قطعات شکسته شده باقی بماند موجب می شود مفصل ران در عرض چند ماه تخریب و دچار ساییدگی شود.

علائم و نشانه ها

درد بسیار شدید در قسمت خارجی بالای ران و یا در کشاله ران که با چرخش یا خم کردن مفصل ران بسیار شدید تر می شود.

تشخیص

تشخیص از طریق رادیوگرافی از ناحیه لگن صورت می گیرد.

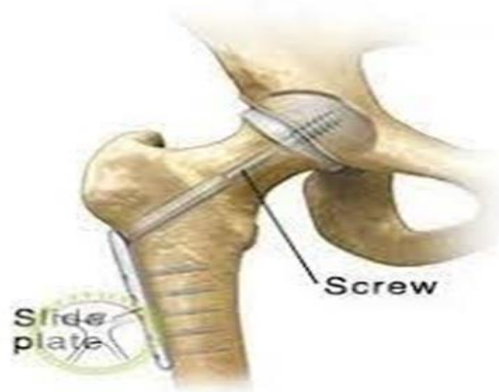
گاهی ممکن است در گرافی نیز قابل تشخیص نباشد و در چنین مواقعی از MRI یا سی تی اسکن استفاده می شود.

درمان

برای درمان شکستگی لگن از دو روش استفاده می شود جراحی و یا درمان غیر جراحی که انتخاب روش مناسب به عواملی از جمله :

سن بیمار و میزان تحرک فیزیکی وی ، نوع شکستگی ایجاد شده در لگن ، و شرایط بیمار برای شرکت در توانبخشی بعد از جراحی بستگی دارد .

در درمان بدون جراحی که استخوان از جای خود جابجا نشده باشد. و یا در افرادی که امکان بیهوشی برای آنها وجود ندارد از این روش استفاده می شود.



مراقبت های بعد از جراحی در منزل

پس از ترخیص از بیمارستان پانسمان زخم باید توسط افراد خبره و کارشناسان زخم انجام شود . و توجه شود هر گونه ترشح ، تب و لرز ، و بوی بد از ناحیه عمل باید حتماً به پزشک اطلاع رسانی شود.

داروهای بیمار باید سر ساعت مصرف گردد تا دچار عفونت نشود. در هنگام ترخیص داروهایی جهت جلوگیری از لخته شدن خون در وریدهای اندام تحتانی به شما داده می شود که یا بصورت تزریقی یا خوراکی می باشد.

در صورت تزریقی بودن دارو می توانید از مراکز مراقبت در منزل که توسط واحد مستقر در بیمارستان به شما معرفی می شوند کمک بگیرید.

گاهی نیز ممکن است با وجود استفاده از این داروها خون در وریدهای عمقی پا لخته کند که با علامت تورم ساق پا ، درد و گاهی قرمزی همراه است که باید در اسرع وقت به بیمارستان مراجعه کنید.

در چند هفته اول بعد از شکستگی، باید بطور مرتب مچ هر دو پای خود را به بالا و پایین حرکت دهید تا از ایجاد تشکيل لخته پیشگیری شود.



دانشگاه علوم پزشکی، خدمات بهداشتی درمانی ایران

شکستگی استخوان فمور (لگن)



تهیه کننده : سوپروایزر آموزش سلامت
با همکاری رابط آموزش بخش جراحی ۲

بهار ۱۴۰۴

کد: ۰/۱۴۰۴/۰۱/۱۵۰/EPP(K.E.R)

از مصرف مواد غذایی کافئین دار (قهوه، نوشابه و ...) اجتناب کنید زیرا باعث افزایش دفع کلسیم از ادرار می‌شوند و جوش خوردن را به تاخیر می‌اندازند.

مصرف شیر و لبنیات را (در بیمارانی که مدت زیادی در بستر باقی می‌مانند) به علت احتمال ایجاد سنگ های ادراری محدود کنید.

مصرف رژیم غذایی با فیبر زیاد و مایعات می‌تواند سیستم گوارشی را تحریک و از ایجاد یبوست و نفخ جلوگیری کرده و به بهبود اشتها کمک کند.

مایعات کافی مصرف کنید و از عفونت ادراری جلوگیری نمایید.

آدرس سایت آموزشی بیمارستان کوثر:

<http://kosarhos.semums.ac.ir>

آدرس سایت کلینیک بیمارستان:

clinic.semums.ac.ir

منبع : پرونر سودارث ۲۰۲۲

www.iranorthoped.ir

جهت اطلاعات بیشتر با شماره زیر تماس بگیرید.

۰۲۳۳۱۴۲۲۲۸۹-۰۲۳۳۱۴۲۲۱۲۳

بعد از جوش خوردن شکستگی باید نرمش و فیزیوتراپی تا مدتها ادامه یابد تا حرکت مفصل به حالت اولیه برگردد.

پس از جراحی می‌توانید با عصای زیر بغل یا توسط واکر راه بروید ولی نباید تا زمانی که پزشک اجازه نداده، اندامی را که جراحی شده است به زمین بگذارید.

مصرف دخانیات و الکل اجتناب کنید زیرا دخانیات باعث می‌شود مواد غذایی و دیگر عوامل موثر به محل جوش خوردگی کمتر برسد و در نتیجه شکستگی دیرتر جوش بخورد و یا اصلاً جوش نخورد.

از انداختن پاها روی هم و خم کردن مفصل ران بیش از ۶۰ درجه اجتناب کنید.

وقتی در تخت به پشت می‌خوابید برای راحتی بیشتر یک بالش را در زیر زانوهای خود قرار دهید یا وقتی به شانه طرف سالم می‌خوابید می‌توانید یک بالش را بین ساق های خود قرار دهید.

با تنفس عمیق و سرفه کمک به بهبود وضعیت تنفسی کرده و از ایجاد پنومونی و سایر مشکلات تنفسی جلوگیری کنید .

رژیم غذایی

جهت ترمیم سریعتر محل زخم و استخوان، از رژیم غذایی پرپروتئین، پر کالری و سرشار از ویتامین استفاده کنید مصرف سبزیجات و مرکبات و آب میوه های تازه حاوی ویتامین C ، می‌تواند به بهبود سریعتر زخم، رفع یبوست و بهبود اشتها کمک کند.

از مواد غذایی حاوی ویتامین های E، B۶، K، D و C استفاده کنید زیرا در تشکیل جوشگاه شکستگی و در سرعت جوش خوردن شکستگی نقش مهمی دارند.