

❖ شرح بیماری

شکستگی استخوان درشت نی و نازک نی شایع ترین شکستگی زیر زانو است که می تواند در اثر ضربه ی مستقیم، نیروی له کننده، حرکات چرخشی ناگهانی و حتی انقباض شدید عضالت ایجاد شود.

❖ علائم

- ✓ مهمترین علامت درد در ناحیه ساق است.
- ✓ درد بر روی استخوان درشت نی همراه با تورم در ناحیه شکستگی که با فشار به محل شکستگی و یا حرکت دادن محل شکستگی بیشتر میشود.
- ✓ بیمار قادر به راه رفتن با پای شکسته نیست.
- ✓ ساق متورم شده و ممکن است به علت جابجا شدن قطعات شکستگی ساق تغییر شکل بدهد.
- ✓ اگر شکستگی باز باشد زخم پوستی دیده میشود و ممکن است لبه استخوانهای شکسته شده از درون زخم دیده شوند.

عوارض احتمالی

- ✓ آسیب به رشته های عصبی و رگهای خونی در ناحیه شکستگی
- ✓ در رفتگی عالوه بر شکستگی
- ✓ خونرسائی ناکافی به ناحیه صدمه دیده که باعث مرگ بافت استخوانی میشود.
- ✓ جوش نخوردن شکستگی
- ✓ عفونت زخم ناحیه عمل جراحی

❖ درمان

- درمان غیر جراحی
- ✓ در مورد شکستگی استخوان ساق پا (استخوان درشت نی) با جابجایی کم، ممکن است پزشک معالج تصمیم به درمان غیر جراحی بگیرد.
- ✓ در صورتیکه شکستگی بالای استخوان تیبیا باشد ابتدا خون داخل مفصل زانو با سرنگ خارج شده و برای ممانعت از افزایش تورم، زانو بانداز شده، بالای نگه داشته شده و سرد میشود.

به مدت ۲-۳ هفته با استفاده از آتل زانو بیحرکت میشود و بعد از این مدت نرمشهای خاصی برای ممانعت از محدود شدن حرکات زانو انجام میشود. بیمار باید از زمان شکستگی استخوان ساق پا (استخوان درشت نی) به مدت ۲-۳ ماه از دو عصای زیر بغل استفاده کرده و روی اندام شکسته شده فشار نیاورد.

درمان جراحی

در مواقعی که شکستگی استخوان ساق پا (استخوان درشت نی) جابجایی دارد باید ابتدا قطعات شکسته شده در کنار یکدیگر قرار داده شده و فیکس شوند.

❖ فعالیت

استراحت و حفظ بیحرکتی و عدم تحمل وزن در عضو آسیب دیده. ✓انجام تمرینات در محدوده دامنه حرکتی برای حفظ عملکرد مفاصل غیر درگیر.



بیمارستان امام حسین (ع) سپیدان



تهیه کننده: فهیمه محمدی

تأیید کننده: دکتر عسکری نژاد

کد سند: ED-BR-53-00

واحد آموزش ارتقاء سلامت

پاییز ۱۴۰۴



❖ علانم هشدار

- در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمائید؟
- ✓ اختلال عصبی- عروقی اندام مبتلا: کمرختی، سوزن سوزن شدن، کاهش حرکت، سردی، رنگ پریدگی، کاهش پر شدگی مویرگی، کبودی و قرمزی .
- ✓ عفونت: تب، افزایش درد، تورم در محل شکستگی، ترشحات چرکی از گچ و یا پانسمان و بوی بد از پانسمان گچ .
- ✓ آمبولی چربی: درد سینه، تب، اضطراب و
- ✓ ایجاد دانه بر روی شکم، گردن بازو و یا زیر بغل

❖ رژیم غذایی و تغذیه

مقدار کافی پروتئین (پروتئینهای گیاهی ترجیح داده میشوند ✓) (کلسیم) از طریق مواد غذایی یا داروهای مکمل ✓) مصرف بیشتر مواد غذایی که لیزین دارند (شیر کم چرب، ماهی، سویا و مخمرها E , C , B6 , D , K) ویتامینهای

✓ مواد غذایی شامل منیزیم ، روی ، مس و سیلیکون
✓ مصرف مایعات فراوان و غذاهای فیبردار جهت جلوگیری از بروز یبوست.

❖ خودمراقبتی

شل و سفت نمودن عضله ی چهار سرران جهت جلوگیری از کاهش (تن قدرت) عضالت

✓ بااگه داشتن اندام نسبت به سطح قلب

✓ استفاده از کمپرس سرد جهت کاهش تورم

✓ استفاده از مسکن تجویز شده توسط پزشک

✓ تغییر وضعیت جهت جلوگیری از زخم بستر