

موضوع:

شکستگی ترقوه



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش سلامت

مرکز آموزشی درمانی بو علی سینا

تابستان ۱۴۰۳

- ✓ علائم و نشانه‌های عفونت (افزایش درجه حرارت، ترشحات چرکی، قرمزی شدید) را به یاد داشته باشید.
- ✓ جهت ویزیت مجدد در زمان تعیین شده به همراه برگه خلاصه پرونده به درمانگاه یا مطب مراجعه نمایید.
- ✓ خواب کافی و شرایط بی‌استرس در درمان بعد از عمل موثر است.
- ✓ مصرف مایعات را فراموش نکنید.



- ✓ از انجام فعالیت‌های سنگین اجتناب نمایید.
- ✓ بخیه ناحیه عمل شده معمولاً دو هفته پس از عمل طبق نظر پزشک کشیده می‌شود.
- بخیه‌ها را تمیز و خشک نگه دارید. بهتر است ناحیه عمل خشک باشد.
- ✓ مصرف میوه و سبزی به التیام و بهبودی زخم کمک می‌کند.
- ✓ پروتئین‌هایی مانند شیر، ماهی و سبزیجات و میوه‌های تازه مصرف شود.
- ✓ از حمام می‌توان استفاده کرد ولی بهتر است تا زمانی که بخیه‌ها کشیده نشده است ناحیه عمل خشک بماند
- ✓ انتهای اندام را از نظر تورم ادم و رنگ پوست کنترل کرده و با اندام سالم مقایسه کنید.
- ✓ در صورت بی‌حسی و گزگز مداوم و تورم شدید به پزشک مراجعه نمایید
- ✓ مفصل شانه کاملاً بی‌حرکت باشد. (مثلاً شانه زدن انجام نشود)

شکستگی استخوان ترقوه

ترقوه استخوانی است که شانه و کتف را به قفسه سینه وصل می‌کند و باعث می‌شود تا شانه بالاتر از قفسه سینه قرار بگیرد. شکستگی‌های ترقوه عمدتاً با ضربه مستقیم به شانه ایجاد می‌شود این امر می‌تواند در زمان افتادن روی شانه یا تصادفات رخ دهد.

علائم:

۱. افتادگی کتف
۲. ناتوانی در بلند کردن بازو به علت درد
۳. سفتی در هنگام تلاش برای بالا بردن بازو
۴. کبودی و تورم یا حساسیت به لمس در محل
۵. تغییر شکل یا برجستگی در محل شکستگی

درمان:

معمولاً ۸۰٪ از شکستگی‌ها با جا انداختن و بی‌حرکت کردن شکستگی و بانداز انجام می‌گیرد. در بعضی شکستگی‌ها از آویزان کردن دست بر گردن استفاده می‌شود و گاهی نیز از عمل جراحی و پلاتین استفاده می‌شود. زمان جوش خوردگی حدود ۴ الی ۶ هفته در بزرگسالان می‌باشد.

مراقبت‌های قبل از عمل:

- ✓ ناشتا بودن حداقل ۸ ساعت قبل از عمل
- ✓ از استعمال دخانیات و مصرف الکل خودداری شود زیرا روند بهبودی شما را به تاخیر می‌اندازد. مصرف داروها و آنتی‌بیوتیک‌ها را جهت جلوگیری از عوارض جانبی طبق دستور پزشک الزامیست.
- ✓ در صورت بروز درد شدید و تورم و قرمزی و وجود ترشحات چرکی از محل جراحی به پرستار و پزشک معالج اطلاع دهید.

- ✓ مصرف داروها و آنتی‌بیوتیک‌ها را جهت جلوگیری از عوارض جانبی طبق دستور پزشک الزامیست.
- ✓ در صورت بروز درد شدید و تورم و قرمزی و وجود ترشحات چرکی از محل جراحی به پرستار و پزشک معالج اطلاع دهید.

توصیه‌ها:

دست خود را از شانه بلندتر نکنید.

- در مدت درمان و بسته بودن اندام فوقانی مرتباً مفاصل دست و مچ دست و آرنج را حرکت دهید تا از محدود شدن حرکات و خشکی مفصل پیشگیری شود.
- تا زمانیکه شکستگی بهبود نیابد نرمش‌های لازم برای افزایش دامنه‌های حرکتی شانه و تقویت عضلات را با نظر پزشک می‌توانید انجام دهید.