

شکستگی لگن نامی کلی برای تعداد زیادی از شکستگی ها است. شکستگی لگن را میتوان به سه دسته کلی تقسیم کرد. شکستگی حلقه لگن، شکستگی استابولوم و شکستگی اطراف مفصل ران.

البته شکستگی سر استخوان ران جزو هیچکدام از سه دسته فوق نیست ولی میتوان آن را جزئی از شکستگی های لگن دانست . شکستگی لگن در سنین بالا معمولاً بدنبال زمین خوردن ایجاد میشود. در افراد مسن به علت پوکی و در نتیجه ضعیف شدن استخوان، شکستگی لگن به راحتی و با ضربه کمی ایجاد میشود. شکستگی لگن در جوان ها معمولاً بدنبال ضربات شدیدتر مانند تصادف اتومبیل و یا سقوط از ارتفاع ایجاد میشود.

انواع شکستگی لگن

۱- شکستگی حلقه لگن

شکستگی هایی که در استخوان های ساکروم، ایلیم، ایسکیوم و پوبیس ایجاد میشوند را شکستگی حلقه لگن میگویند. این نوع شکستگی لگن ممکن است خفیف بوده و با مدتی استراحت خوب شوند و یا ممکن است چنان شدید باشند که در کمتر از چند ساعت به علت خونریزی شدید موجب مرگ بیمار شوند .



۲- شکستگی استابولوم

شکستگی استابولوم نوعی شکستگی لگن است که در استخوان های ایلیم، ایسکیوم و پوبیس ایجاد شده به نحوی که خط شکستگی به درون حفره استابولوم میرود. این نوع شکستگی لگن از این جهت اهمیت دارد که باید به دقت جاناندازی شود. اگر بعد از

جاناندازی شکستگی های استابولوم کوچکترین جابجایی در بین قطعات شکسته شده باقی بماند موجب میشود مفصل ران در عرض چند ماه بکلی تخریب شده و یا در عرض چند سال دچار آرتروز و ساییدگی شود .



۳- شکستگی اطراف مفصل ران

این دسته شکستگی لگن، شامل گروهی از شکستگی ها است که در ناحیه زیر سر استخوان ران ایجاد میشوند. شکستگی های اطراف مفصل ران انواع مختلفی دارد که مهمترین آنها شکستگی های گردن استخوان ران و شکستگی های اینترتروکانتریک هستند.

شکستگی لگن در ناحیه اطراف مفصل ران گرچه در استخوان اصلی لگن ایجاد نشده است ولی چون مفصل ران بسیار نزدیک به لگن است و درد ناشی از این شکستگی ها در لگن احساس میشود به آنها شکستگی لگن هم میگویند. این شکستگی ها معمولاً در افراد مسن و بدنبال زمین خوردن بوجود میآیند .



۴- شکستگی سر استخوان ران

شکستگی سر استخوان ران معمولاً بدنبال دررفتگی مفصل ران ایجاد میشود . هنگام دررفتگی مفصل ران ممکن است سر استخوان ران به کناره استابولوم گیر کرده و موجب کنده شدن تکه ای از آن شود .



بازپروری و مراقبت های شکستگی لگن بعد از جراحی چیست؟

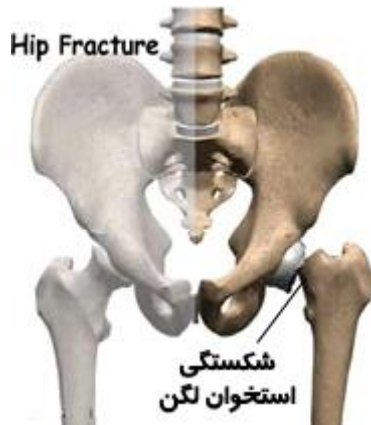
شکستگی لگن از شدیدترین آسیب های اسکلتی است و نیاز به یک دوره بازپروری دقیق و طولانی دارد.

بسیاری از این شکستگی ها نیاز به درمان جراحی دارند. بیحرکتی برای کسی که دچار شکستگی لگن شده یک سم مهلک است و عوارض متعددی دارد. هدف بازپروری بعد از عمل جراحی این شکستگی اینست که بیمار هر چه زودتر راه اندازی شده و شروع به حرکت کند. این کار موجب میشود از عوارض متعددی که به علت بیحرکتی بیمار ایجاد میشوند پیشگیری به عمل آید .

بعد از جراحی شکستگی های لگن هیچ گونه گچ گیری برای بیمار انجام نشده و از آتل استفاده نمیشود. در صورتیکه این شکستگی ها جاناندازی شده و با با پیچ و پلاک جراحی شده اند دستورالعمل زیر برای بیمار اجرا میشود.



شکستگی لگن، بازپروری و مراقبت ها



بیمارستان گلدیس شاهین شهر- واحد آموزش به بیمار

تهیه و تنظیم: صدیقه کمانی- سوپروایزر آموزش سلامت

زمستان ۱۴۰۴- کد پمفلت: AW8- 11

رفتن بر روی زمین فشار ندهد. این کار لازم است چون معمولاً پیچ و پلاک های کار گذاشته شده در لگن تحمل وزن بیمار را ندارند. پس از مدتی که شکستگی بیمار جوش خورد بیمار میتواند پای جراحی شده را هم بر روی زمین فشار دهد. مدت زمانی که بیمار نباید پای طرف شکسته شده را بر روی زمین فشار دهد را پزشک معالج مشخص میکند.

معمولاً پس از ۳ ماه بیمار میتواند بدون واکر یا عصای زیر بغل راه برود. البته این زمان در بیماران مختلف متفاوت است. بیمار بعد از اینکه توانست بدون کمک راه برود تا چند ماه در موقع راه رفتن قدری لنگش دارد. این لنگش تا حدی طبیعی بوده و به علت ضعف عضلات لگن است. بتدریج و با بیشتر کردن نرمش ها این ضعف از بین رفته و لنگش برطرف میشود.

بعد از گذشت ۳-۴ ماه بیمار تشویق میشود که برای تقویت بیشتر عضلات لگن از دوچرخه ثابت استفاده کند. ورزش شنا در این دوره برای بیمار بسیار مفید بوده و عضلات لگن را بیشتر تقویت میکند. در این دوره بیمار با کمک فیزیوتراپ نرمش هایی انجام میدهد تا بتواند حرکات پیچیده تر بدنی را انجام داده و کنترل و تعادل بهتر و بیشتری بر روی حرکات اندام داشته باشید.

معمولاً بیماران میتوانند بعد از ۴-۵ ماه به فعالیت های روزمره قبل از شکستگی برگردند.

منبع: سایت ایران ارتوپد

سایت بیمارستان: www.goldis.mui.ac.ir

معمولاً بیمار تشویق میشود روز بعد از جراحی در کنار تخت نشسته و پاها را از کنار تخت آویزان کند. بیمار باید در طول شبانه روز بیشتر نشسته باشد یا اینکه دراز بکشد.



معمولاً حرکات مفصل ران در طرف عمل شده روز بعد از جراحی شروع میشود. این حرکات در ابتدا بصورت پاسیو (Passive) انجام میشوند یعنی مفصل را فیزیوتراپ حرکت میدهد نه خود بیمار. میزان حرکت و نوع حرکت مفصل را پزشک معالج تعیین میکند. بعد از گذشت چند روز تا هفته به بیمار آموزش داده میشود چگونه خودش مفصل ران طرف عمل شده را خم و راست کند. این حرکات مفصلی برای پیشگیری از محدودیت حرکت مفصلی بسیار مهم هستند.

بعد از چند هفته حرکاتی به بیمار آموزش داده میشود که 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. چند روز بعد از جراحی شکستگی لگن به بیمار اجازه داده میشود تا با کمک واکر یا دو عصای زیر بغل راه برود. بیمار باید توسط فیزیوتراپ راه اندازی شود. فیزیوتراپ به وی یاد میدهد تا چگونه از واکر یا عصا استفاده کرده و چگونه درست راه برود. معمولاً به بیمار توصیه میشود تا مدتی پای طرف آسیب دیده را در حین راه