

شکستگی های استابولوم نوعی از شکستگی های لگن هستند که همانطور که از نامشان پیداست در حفره استابولوم واقع در لگن خاصره ایجاد میشوند. علت این شکستگی ها معمولا تصادف با اتومبیل یا سقوط از بلندی است. غالب این شکستگی ها نیاز به عمل جراحی دارند .

چند روز پس از عمل جراحی، شما از بیمارستان مرخص شده به منزل می روید. در این مدت باید به نکات مهمی توجه کنید که عبارتند از:

۱- تا مدتی بعد از جراحی ممکن است درد مختصری در محل جراحی احساس شود که بتدریج در یک تا دو هفته اول بعد از عمل از بین می رود. برای کاهش این درد، پزشک معالج داروهای را برای شما تجویز می کند. شما باید هر گونه افزایش در شدت درد را به پزشک معالج اطلاع دهید.

۲- ممکن است داروهای آنتی بیوتیک خوراکی برای بیمار تجویز شود تا در منزل استفاده کنید. این داروها به منظور پیشگیری از ایجاد عفونت احتمالی در محل جراحی باید توسط شما مصرف شود.

۳- ممکن است داروهای برای جلوگیری از استخوان سازی اضافی در اطراف مفصل به شما داده شود. گرچه این داروها خواص ضد درد هم دارند، شما نباید گمان کنید که از این داروها باید فقط در زمان درد استفاده کنید .استفاده نکردن مداوم از این داروها موجب افزایش احتمال تشکیل استخوان نابجا در اطراف مفصل هیپ شده که نتیجه آن محدودیت شدید حرکت مفصلی است.

۴- داروهای برای جلوگیری از لخته شدن خون در ورید های اندامهای تحتانی به شما داده میشود که ممکن است تزریقی یا خوراکی باشند. این داروها تا مدت زمانی که پزشک مشخص کرده است باید مصرف شوند.



لخته شدن خون در پاها از عوارض خطرناک شکستگی های استابولوم است و در مواردی میتواند حتی منجر به مرگ بیمار شود. گاهی اوقات حتی با وجود مصرف این داروها، خون در ورید های عمقی پا لخته میشود. علامت عمده این عارضه ورم کردن ساق است. پس در صورت ورم کردن ساق، شما باید در اسرع وقت به نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه کرده تا توسط پزشک معاینه شوید. در صورت تأیید لخته شدن خون در ساق، شما در بیمارستان بستری میشوید.

۵- شما در چند هفته اول بعد از شکستگی، باید بطور مرتب مچ هر دو پای خود را به بالا و پایین حرکت دهید. (هر دقیقه ده مرتبه). هدف از این کار افزایش جریان خون در ساق پاست تا بدین وسیله از ایجاد لخته در وریدهای عمقی ساق پیشگیری شود.

۶- پانسمانی که روی زخم های شما گذاشته شده است باید توسط یک پرستار بصورت روزانه تعویض شود. معمولا در هر روزی که پانسمان تعویض میشود لکه هایی در روی پانسمان

مشاهده میشود که بر اثر ترشحات طبیعی زخم است. این ترشحات ممکن است ۲- ۱ هفته ادامه یابد و بعد از آن، ترشح زخم قطع شده و زخم به اصطلاح خشک میشود. در این زمان دیگر نیازی به تعویض روزانه پانسمان وجود ندارد .اگر ترشح زخم بعد از این مدت همچنان ادامه یافت باید به پزشک معالج اطلاع داد.

۷- بخیه ها معمولا دو تا سه هفته بعد از جراحی کشیده می شوند.

۸- شما باید حرکاتی را که توسط پزشک یا فیزیوتراپ آموزش داده شده است را در منزل بطور مرتب انجام دهید تا مفاصلتان دچار خشکی نشوند.

۹- شما می توانید با عصای زیر بغل یا توسط واکر راه بروید ولی نباید اندامی را که جراحی شده است به زمین بگذارید. اگر قبل از اینکه شکستگی بطور کامل جوش بخورد، پایتان را روی زمین بگذارید، نیروی وزن شما به محل شکستگی اعمال میشود. در این حال شدت نیروهای وارده به محل شکستگی ممکن است آنقدر زیاد باشد که پیچ و پلاک ها را جابجا کرده و در نتیجه قطعات شکستگی هم جابجا شوند.



۱۰- معمولا لازم است بعد از سه هفته شما جهت معاینه مجددا به پزشک جراح مراجعه کنید.

۱۱- وقتی شما در تخت به پشت میخوابید میتوانید برای راحتی بیشتر یک بالش را در زیر زانوهای خود قرار دهید یا وقتی به شانه



مراقبت های در منزل در بیماری که به علت شکستگی لگن در حفره استابولوم جراحی شده چیست؟



بیمارستان گلدیس شاهین شهر- واحد آموزش به بیمار

تهیه و تنظیم: صدیقه کمانی - سوپروایزر آموزش سلامت

زمستان ۱۴۰۴- کد پمفلت: AW8- 15

منبع: سایت ایران ارتوپد

سایت بیمارستان: www.goldis.mui.ac.ir

طرف سالم میخوابید میتواند یک بالش را بین ساق های خود قرار دهید.

۱۲- باید از غذاهای حاوی پروتئین و کلسیم کافی برای کمک به جوش خوردن شکستگی کمک گرفت. لبنیات مهمترین موادی هستند که در این امر به شما کمک میکنند.

۱۳- ممکن است بعد از شکستگی دچار افسردگی شوید. در این مدت ممکن است مرتباً سوالهایی ذهن شما را مشغول کند، که چرا این اتفاق برای من افتاده و یا اینکه در آینده چه سرنوشتی در انتظارم خواهد بود. این احساسات تا حدودی طبیعی بوده و اطرافیان نزدیک بیمار باید برای رهایی از این وضعیت به بیمار کمک کنند.

۱۴- شما برای بدست آوردن توانایی های قبل از شکستگی نیاز به زمان زیادی دارید. شکستگی استابولوم نیاز به حدود سه ماه زمان برای جوش خوردن دارد. معمولاً بعد از این مدت شما میتوانید بدون کمک عصا، پای خود را کاملاً به زمین گذاشته و راه بروید. برای راه رفتن جدای از یک استخوان جوش خورده و یک مفصل سالم، نیاز به عضلات قوی هم دارید و مفاصلتان هم باید حرکت مناسبی داشته باشند. اگر شما در مدت زمان بعد از جراحی حرکاتی را که پزشک یا فیزیوتراپ آموزش داده است بطور مرتب انجام بدهید حرکات مفصل هیپ در اکثر موارد به حد قبل از شکستگی برگشته و قدرت عضلات هم تا حدودی حفظ میشوند. تنها در این زمان است که میتواند پایتان را کاملاً به زمین گذاشته و راه بروید. همانطور که اشاره شد، قدرت عضلات فقط تا حدودی حفظ شده است. علت اینست که به علت وزن نگذاشتن روی اندام تحتانی در سه ماه بعد از حادثه، عضلات اندام تحتانی شما تا حدودی ضعیف