

شایع ترین دلایل شکستگی در استخوان ساق پا زمین خوردن (سقوط)، تصادف با وسایل نقلیه و آسیب های ورزشی می باشد.

علائم شکستگی:

- مهم ترین علامت این شکستگی درد، تورم و تغییر شکل در ناحیه ساق می باشد. درد با حرکت و فشار به محل شکستگی بیشتر می شود.
- تورم و حساسیت به لمس
- کبودی و تغییر شکل آشکار
- ناتوانی در راه رفتن

روشهای درمانی:

۱. درمان جراحی:

معمولاً با گذاشتن پلاتین در پا همراه می باشد. پلاتین ممکن است داخلی یا خارجی باشد.

بعد از جراحی معمولاً در عرض سه ماه استخوان به اندازه ای جوش می خورد که فرد بتواند بدون کمک و بدون استفاده از عصا راه برود اما تمام بیماران قبل از راه رفتن باید توسط

پزشک معاینه و از ساق آنها عکس رادیولوژی گرفته شود. در صورتی که عکس رادیولوژی نشان دهنده جوش خوردگی شکستگی باشد فرد می تواند بدون عصا راه برود. با این حال دوییدن و انجام فعالیت های ورزشی باید با دستور پزشک باشد.

۲ روش های غیر جراحی:

در مواردی که شکستگی بدون جابجایی است باید از جابجا شدن شکستگی تا وقتی قطعات به هم جوش می خورند جلوگیری کرد. در این موارد درمان به صورت گچ گیری می باشد. کف پا و ساق بیمار تا مفصل زانو گچ گیری می شود به نحوی که بیمار بتواند زانوی خود را خم کند.

مدت نگهداری گچ:

برحسب شکستگی، گچ پای بیمار پس از ۶ هفته تا ۱۲ هفته خارج شده و نرمش های خاصی جهت بدست آوردن دامنه حرکت مچ پا و عضلات ساق انجام می شود. یکی از مشکلات این نوع درمان این است که وقتی مچ پای بیمار به مدت سه ماه در گچ می ماند پس از خروج از گچ دچار محدودیت حرکتی می گردد که ممکن است با فیزیوتراپی و انجام نرمش های لازم به طور کامل بهبود نیابد.

لخته شدن خون در رگ:

یکی از عوارض شکستگی لخته شدن خون در سیاهرگ های عمیق ساق است که می تواند بسیار خطرناک باشد. لخته شدن ممکن

است موجب اختلال در عملکرد قلب و ریه شود. بعد از جراحی داروهایی داده می شود تا از لخته شدن خون در پاها جلوگیری شود که به آن داروهای رقیق کننده خون می گویند. استفاده از این داروها می تواند تا چند هفته بعد از جراحی هم ادامه پیدا کند.

پانسمان:

معمولاً پانسمان زخم جراحی تا ۴۸ ساعت بعد از عمل جراحی تعویض نمی شود. تعویض پانسمان باید بعد از مرخص شدن بیمار در منزل انجام شود. در صورتی که بیمار در بیمارستان ماندگار شود تعویض پانسمان توسط پرستاران بخش انجام می شود.

راه رفتن:

بعد از جراحی توسط یک فیزیوتراپ آموزش داده می شود که چه طور می توانید در تخت بنشینید و چه طور می توانید از عصای زیر بغل یا واکر استفاده کنید.

مراقبت از گچ:

باید در چند روز اول بعد از گچ گیری دراز کشیده و یک یا چند بالش زیر اندام طوری قرار داد که ساق بالاتر از سطح قلب قرار بگیرد.

کنترل درد:

درد مدت کوتاهی پس از جراحی به سرعت کاهش می‌یابد. بعد از ۲ الی ۳ روز اغلب فقط گاهی برای رفع سفتی و گرفتگی عضلات به داروهای مسکن طبق دستور پزشک نیاز پیدا می‌کنید.

با استفاده از کیسه یخ می‌توان به کنترل درد و تورم کمک کرد. با تغییر وضعیت و آرامش فکری و پرت کردن حواس به کاهش درد کمک کنید.

در صورت تورم و درد غیر قابل کنترل، سردی و رنگ پریدگی انگشتان، تاول و قرمزی اطراف زخم سریعاً به پزشک مراجعه کنید.

انگشتان پای شکسته شده را مکرراً حرکت دهید. مقداری یخ خرد شده را در یک کیسه پلاستیکی خشک قرارداده و آن را روی گچ یا آتل در محل شکستگی قرار دهید.

نکات قابل توجه:

- ممکن است پزشک معالج داروهای آنتی بیوتیک خوراکی برای شما تجویز کند تا بعد از مرخص شدن از بیمارستان تا مدتی از آنها در منزل استفاده کنید. از قطع کردن آن بدون دستور پزشک خودداری کنید.
- در صورت داشتن علائم عفونت از جمله تب، لرز، قرمزی و خروج ترشح چرکی از ناحیه عمل شده و حساسیت در لمس به پزشک مراجعه کنید.
- از روز سوم به بعد می‌توانید حمام بروید. بخیه‌ها را تمیز و خشک نگه دارید. تعویض پانسمان باید بعد از مرخص شدن در منزل توسط پرستار یا همراه بیمار که در بیمارستان آموزش دیده انجام شود.
- بخیه‌های ناحیه عمل شده دو هفته پس از عمل طبق نظر پزشک کشیده می‌شود.
- تنفس عمیق و سرفه به خروج خلط از ریه کمک می‌کند.
- یبوست از عوارض بعد از عمل می‌باشد که به دلیل کاهش حرکت و استفاده از داروهای ضد درد می‌باشد. آب کافی، حرکت سریع‌تر، مصرف مواد غذایی حاوی فیبر از جمله سبزیجات، غلات میوه‌های تازه می‌تواند برای جلوگیری از یبوست مصرف شود

شکستگی استخوان ساق پا



بهداشت و درمان صنعت نفت بوشهر و خارگ

آموزش و پژوهش

واحد آموزش سلامت بیمارستان توحید جم

تایید کننده: دکتر سعید کرمانی رنجبر

(جراح و متخصص استخوان، مفاصل و ستون فقرات)

منبع: کتاب برونر و سوارث

بازنگری: بهمن ماه ۱۴۰۳

بهمن ماه ۱۴۰۱