



## شکستگی های استخوان

شناسنامه پمفلت	عنوان	شکستگی استخوان
	کد پمفلت	NO-BK-48
	تهیه و تنظیم	واحد آموزش
	تاریخ بازنگری	اردیبهشت ماه 1401

مگر اینکه در حال خفگی یا در معرض یک خطر قریب الوقوع باشد. اگر ناگریز به جابجا کردن بیمار هستید خیلی آرام او را روی یک تخته قرار دهید. برای مثال چند نفر را برای کمک فرا بخوانید و خاطر جمع شوید که سر و گردن و ستون فقرات بیمار در یک راستا روی تخته محکم شوند. شکستگی های لگن یا مفصل ران نیز در میان سالخوردگان زیاد مشاهده می شود. شکستگی های لگن یا مفصل ران معمولا در نتیجه سقوط یا تصادف روی میدهد. در افرادی که استخوان های آنها به دلیل پوکی استخوان یا سرطان استخوان تضعیف شده، چنین شکستگی هایی ممکن است به طور خود به خود اتفاق بیافتد. دقت کنید که اگر بیمار از درد مفصل ران، کمر یا ناحیه کشاله ران شاکی است و یا اینکه درد در این نواحی با حرکت یک یا هر دو پا تشدید می شود، می توانید به شکستگی لگن یا مفصل شک کنید. در چنین مواردی مانند شکستگی های ستون فقرات، بیمار را تکان ندهید و فورا به اورژانس اطلاع دهید. اگر ناگریز به حرکت دادن مصدوم هستید به آرامی او را روی یک قطعه فیبر یا تخته رومیزی قرار دهید، درست مانند همان کاری که در مورد آسیب ستون فقرات انجام میدادید. به یاد داشته باشید که در این مورد سعی نکنید پا یا مفصل ران جابجا شده یا کج شده را جا بیاورید.

سالم فرد به عنوان آتل استفاده کرد تا حرکت پای آسیب دیده را محدود کند. در شکستگی های استخوان ران، باید مفصل لگن را هم بی حرکت نگاه داشت اما اگر به آسیب گردن یا ستون فقرات شک دارید، مصدوم را حرکت ندهید. حرکت دادن شخصی که از ناحیه ستون فقرات مصدوم شده می تواند فلج دائم و عوارض جدی دیگری را در پی داشته باشد. در صورت حرکت دادن ستون فقرات شکسته ممکن است تصادفا موجب قطع نخاع شود. اگر با مصدومی مواجه شدید که شواهدی از ضربه مغزی دارد یا اینکه ضربه محکمی به پشت یا گردن فرد خورده باشد یا اگر مصدوم درد شدیدی در ناحیه گردن یا پشت دارد یا اینکه از ضعف عضلانی، خواب رفتگی، فلج یا عدم کنترل اندام، مثانه یا روده شکایت دارد یا اگر گردن یا پشت فرد، پیچ خورده یا در وضعیت غیر معمول و عجیب و غریبی قرار گرفته است یا فرد بی هوش است و قادر به توصیف درد نیست فرض را بر این بگذارید که وی دچار آسیب نخاعی شده است. در این حالت به اورژانس زنگ بزنید. مصدوم را بی حرکت نگاه دارید و او را تکان ندهید.

## شکستگی های استخوانی

اگر با فردی آسیب دیده برخورد کنیم و شک کنیم که استخوانش شکسته است، باید چکار کنیم؟ اگر به شکستگی فرد مظنون هستید باید ناحیه صدمه دیده را از آسیب در امان نگه دارید و سعی نکنید که استخوان شکسته را جا بیندازید.

**شکستگی معمولاً در نتیجه سقوط از ارتفاع یا سریدن اتفاق می افتد. در چنین شرایطی چه علائم و نشانه هایی می توانند ما را به تشخیص شکستگی برسانند؟** تورم یا خون مردگی روی استخوان، بدشکل شدن اندام صدمه دیده تشدید می گردد، فقدان عملکرد ناحیه آسیب دیده و بیرون زدگی استخوان شکسته از پوست، نشانه های مهم شکستگی است.

برای جلوگیری از آسیب بیشتر ناحیه دچار شکستگی باید چکار کنیم؟ ابتدا نبض زیر شریان آسیب دیده را بگیرید و خاطر جمع شوید که نبض شریانی قابل لمس است. این موضوع به شما کمک می کند تا مطمئن شوید آیا هنوز خون رسانی به ناحیه بعد از شکستگی صورت می گیرد یا خیر. اگر چنین نبود یعنی نبض احساس نشد، شخص آسیب دیده در معرض خطر از دست دادن عضو دچار شکستگی خواهد بود بنابراین به سرعت او را به نزدیکترین مرکز درمانی منتقل کنید.

اگر شکستگی از نوع باز بود و استخوان شکسته معلوم بود، چه کار کنیم؟ در این صورت با اعمال فشار بر موضع، خونریزی را متوقف کنید. با استفاده از یک تکه گاز استریل تمیز، فشار مستقیمی بر زخم وارد کنید. جا انداختن مفاصل کار شما نیست. اگر هیچ چیز دم دست نبود از دست خودتان استفاده کنید و آن قدر فشار دهید تا خونریزی متوقف شود. همچنین به منظور کاهش جریان خون به محل شکستگی، ناحیه آسیب دیده را بالا نگه دارید.

اگر شخص از حال رفته است رنگش پریده یا تنفسش کم عمق و سریع است باید چنین فردی را روی زمین بخوابانید به طوری که سرش اندکی پایین تر از تنه و پاها قرار گیرد.

یکی از مهمترین مسائلی که همیشه باید رعایت گردد نقل و انتقال صحیح بیمارانی است که دچار شکستگی شده اند.

قبل از نقل و انتقال فردی که دچار شکستگی استخوان شده، برای جلوگیری از حرکت استخوان، آن را آتل بندی کنید. مفاصل بالا و پایین ناحیه شکسته شده را ثابت کنید. آتل می تواند با تثبیت ناحیه آسیب دیده از حرکت استخوان شکسته و در نتیجه وخیم تر شدن آسیب بافتی جلوگیری کند. به خاطر داشته باشید که آتل بندی صحیح می تواند درد را نیز کاهش دهد.

آتل می تواند از چوب، پلاستیک، فلز یا هر ماده سفت دیگری باشد. آتل را با گاز یا پارچه ای دیگری بپوشانید و بعد آن را در طرفین اندام آسیب دیده قرار دهید. آتل باید بلند تر از استخوان شکسته شده باشد و بالا و پایین ناحیه آسیب دیده را بگیرد. آتل را با استفاده از پارچه یا یک ریسمان یا هر چیز دیگری محکم به اندام ببندید. برای بستن، پارچه یا ریسمان را روی اندام آسیب دیده گذاشته و دو انتهای آن را در طرف دیگر بدن گره بزنید. اندام را با آتل محکم ببندید تا حرکت نکند اما نه آنقدر تنگ که جریان خون بند بیاید. نحوه آتل بندی بستگی به محل شکستگی دارد. شکستگی های ناحیه ستون فقرات یا لگن را نمی توان آتل بندی کرد باید به طریقی ثابت و بی حرکت شود.

شکستگی ها اغلب در اندام فوقانی، تحتانی یا ستون فقرات اتفاق می افتد.

در شکستگی های اندام فوقانی، پیچاندن روزنامه دور ساعد می تواند موثر واقع شود. برای تثبیت کردن شکستگی های آرنج می توان از یک گردن آویز و باندی دور تنه استفاده کرد. در شکستگی پا، می توانید کل کل اندام تحتانی را بین دو آتل قرار دهید. اگر آتلی دم دست ندارید، می توان از پای