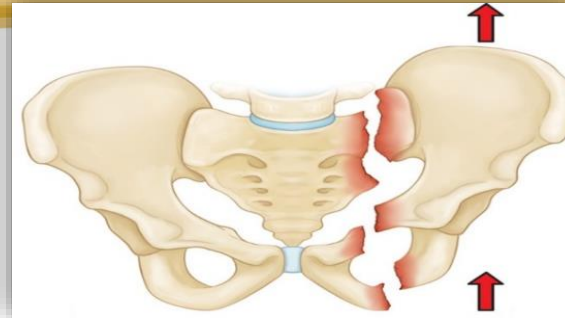




❖ علائم

- ✓ عدم تحمل سنگینی وزن بر روی طرف آسیب دیده
- ✓ سفتی، کبودی و ورم در اطراف منطقه شکستگی
- ✓ عدم حرکت بلافاصله بعد از زمین خوردن
- ✓ درد شدید در قسمت جلوی ران و یا در کشاله ران
- ✓ کوتاه شدن پای آسیب دیده
- ✓ تمایل پای آسیب دیده به خارج از بدن

❖ علل شایع

- ✓ تصادفات رانندگی
- ✓ افتادن از بلندی
- ✓ در افراد دارای استخوان‌های ضعیف، شکستگی لگن در اثر ایستادن بر روی یک پا و یا چرخیدن پا رخ می‌دهد.

❖ عوامل خطر

- ✓ بالا رفتن سن
- ✓ استخوان‌ها در زنان نسبت به مردان، زودتر پوک می‌شوند.
- ✓ بیماری پوکی استخوان یکی از مهم‌ترین عوامل خطر شکستگی لگن می‌باشد، سایر بیماری‌هایی که ممکن است باعث شکنندگی استخوان گردند عبارتند از: اختلالات غدد درون ریز مانند پرکاری تیروئید و اختلالات روده‌ای که باعث کاهش جذب ویتامین D و کلسیم می‌شود.
- ✓ مصرف داروهای کورتونی به مدت طولانی
- ✓ مشکلات تغذیه‌ای و عدم مصرف غذاهای حاوی کلسیم و ویتامین D در دوران جوانی

مولتیپل تروما (Multiple trauma) یا ترومای چندگانه به وقوع همزمان یا متوالی صدمات به چندین قسمت از بدن اشاره دارد که اغلب ناشی از حادثه قابل توجه یا ضربه شدید مانند تصادف اتومبیل، سقوط، انفجار یا حمله فیزیکی است. این آسیب‌ها می‌تواند ترکیبی از شکستگی، پارگی، آسیب‌های داخلی، ضربه به سر و آسیب به اندام‌های حیاتی و غیره باشد. به دلیل پیچیدگی و شدت این صدمات، مولتیپل تروما اغلب نیاز به مداخله پزشکی فوری و فشرده دارد که معمولاً شامل تیمی چندتخصصی از ارائه‌دهندگان مراقبت‌های بهداشتی است. به‌طور کلی تروما در واقع آسیب و نقصانی است که در اثر وارد شدن فشار و یا ضربه خارجی به بدن ایجاد می‌شود و متفاوت از ضربه یا ترومای روانی است.

❖ شرح بیماری

لگن پایین‌ترین قسمت تنه است و در جایی قرار دارد که تنه به آن دام پایینی مانند پاها متصل می‌شود. استخوان لگن یک ساختمان حلقوی است که در بالا به ستون فقرات متصل شده و در پایین به استخوان‌های ران متصل می‌شود. وظیفه لگن در واقع انتقال نیروی وزن از تنه به هر دو پا است. همچنین در موقع نشستن، نیروی وزن تنه مستقیماً از طریق لگن به زمین وارد می‌شود. لگن همچنین حاوی ارگان‌های گوارشی و تولید مثل بوده و عروق و اعصاب مهمی از آن عبور کرده و از تنه به اندام تحتانی یا پایینی می‌روند.

- ✓ عدم فعالیت بدنی
- ✓ استفاده از تنباکو و مشروبات الکلی

❖ عوارض احتمالی

اگر شکستگی لگن باعث شود فرد برای مدت زمان طولانی، بی حرکت بماند، ممکن است یک و یا چند مشکل زیر را پیدا کند:

- ✓ لخته خونی در پاها و یا در ریه‌ها
- ✓ زخم بستر
- ✓ عفونت دستگاه ادراری
- ✓ ذات الریه یا عفونت ریه

❖ تشخیص

- ✓ پزشک با دیدن علائم و مشاهده قرار گرفتن غیرطبیعی مفصل ران و پا می‌تواند شکستگی لگن را تشخیص دهد.
- ✓ تصویربرداری با اشعه ایکس
- ✓ سی.تی.اسکن و ام.آر.آی

❖ درمان

- ✓ نوع جراحی بستگی به محل شکستگی استخوان، شدت شکستگی و سن فرد دارد. روش‌های مختلف جراحی عبارتند از:
- ✓ جراح پیچ فلزی را وارد استخوان می‌کند تا استخوان‌های شکسته را به هم پیچ دهد و تا وقتی استخوان جوش نخورده است، آن پیچ درون بدن باقی می‌ماند.
- ✓ جایگزینی جزئی مفصل ران: اگر انتهای استخوان شکسته به درستی قرار نگیرد و تخریب شده باشد، پزشک ممکن است سر و گردن استخوان ران را بردارد و به جای آنها، پروتز فلزی قرار دهد.
- ✓ جایگزینی کلی مفصل ران: این مفصل خارج شده و مفصل مصنوعی به جای آن کار گذاشته می‌شود.



❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ جهت ترمیم سریع تر محل زخم و استخوان ، از رژیم غذایی پروتئین، پرکالری و سرشار از ویتامین استفاده کنید مصرف سبزیجات و مرکبات و آبمیوه های تازه حاوی ویتامین C می تواند به بهبود سریع تر زخم، رفع یبوست و بهبود اشتها کمک کند.
- ✓ از مواد غذایی حاوی ویتامینهای ای (E) ، ب (B6) ، کا (K) ، دی (D) و سی (C) استفاده کنید زیرا در تشکیل جوشگاه شکستگی و در سرعت جوش خوردن شکستگی نقش مهمی دارند.
- ✓ از مصرف مواد غذایی کافئین دار (قهوه ، نوشابه و ...) اجتناب کنید زیرا باعث افزایش دفع کلسیم از ادرار می شوند و جوش خوردن را به تاخیر می اندازند.
- ✓ مصرف شیر و لبنیات را (در بیمارانی که مدت زیادی در بستر باقی می مانند) به علت احتمال ایجاد سنگ های ادراری محدود کنید.
- ✓ مصرف رژیم غذایی با فیبر زیاد و مایعات می تواند سیستم گوارشی را تحریک و از ایجاد یبوست و نفخ جلوگیری کرده و به بهبود اشتها کمک کند.
- ✓ مایعات کافی مصرف کنید و از عفونت ادراری جلوگیری نمایید.

❖ دارو

- ✓ در صورت استراحت در بستر، داروهای ضدا نعقادی برای جلوگیری از لخته شدن خون در وریدهای اندام های تحتانی داده می شود.

داروهای تجویز شده از طرف پزشک معالج (آنتی بیوتیک ها ، ضد انعقاد ها ، ضد دردها ، ضد التهاب و...) باید در فاصله زمانی معین مصرف گردد. بدون دستور پزشک داروی خود را قطع نکنید و از مصرف خود سرانه دارو خودداری کنید.

- ✓ به دلیل مصرف داروهای ضد انعقادی ، آزمایشات خون شامل پی تی تی (PTT) ، پی تی (PT) و سی بی سی (CBC) را طبق دستور پزشک به طور منظم انجام دهید.
- ✓ از ریش تراش برقی و مسواک نرم استفاده کنید و در صورت نیاز به تزریقات ، محل آن را به مدت ده دقیقه فشار دهید.
- ✓ کارت هویت پزشکی مبنی بر مصرف داروی ضد انعقاد را همیشه همراه داشته باشید.

❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- ✓ در صورت وجود هر گونه قرمزی ، تورم ، حساسیت و یا ترشح چرکی از محل زخم و یا بروز تب ، سریعاً به پزشک معالج مراجعه کنید . در شکستگی اطراف مفصل ران در صورت مشاهده کوتاهی اندام ، چرخش داخلی یا خارجی ، درد شدید لگن و عدم توانایی حرکت در اندام که ممکن است دال بر دررفتگی پروتز باشد به پزشک معالج خود مراجعه کند.
- ✓ در صورت وجود هر گونه قرمزی ، تورم ، حساسیت و یا ترشح چرکی از محل زخم و یا بروز تب ، سریعاً به پزشک معالج و مراکز درمانی مراجعه کنید.
- ✓ خونریزی از بینی و لثه و خلط خونی ، وجود خون در ادرار ، مدفوع قرمز یا قیری رنگ ، خونریزی طولانی از

محل های بریدگی ، خونریزی قاعدگی زیاد ، کبودی روی پوست ، تب و لرز ، خستگی، زخم گلو ، تهوع و استفراغ و...) را به پزشک اطلاع دهید.

تهیه و تنظیم:

گروه آموزش به بیمار و ارتقای سلامت بیمارستان مهراد

تاریخ بازنگری : اردیبهشت ۱۴۰۵