

## شکستگی لگن چیست؟

شکستگی لگن نامی کلی برای تعداد زیادی از شکستگی ها است که معمولاً بدنبال حوادثی مانند سقوط از ارتفاع، تصادف، حوادث ورزشی و حوادث حین کار و یا حتی زمین خوردن ایجاد میشود. شکستگی لگن در سنین بالا معمولاً بدنبال زمین خوردن ایجاد میشود. در افراد مسن به علت پوکی، 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.

شکستگی لگن انواع متفاوتی داشته و میتواند نواحی متفاوتی از لگن خاصره را در بر گیرد. برای درک بهتر شکستگی لگن باید ابتدا دانست لگن چیست. لگن حاوی ارگان های گوارشی و تولید مثل بوده و عروق و اعصاب مهمی از آن عبور کرده و از تنه به اندام تحتانی میروند.

شکستگی لگن را میتوان به سه دسته کلی تقسیم کرد: ۱- شکستگی حلقه لگن، ۲- شکستگی استابولوم و ۳- شکستگی اطراف مفصل ران.

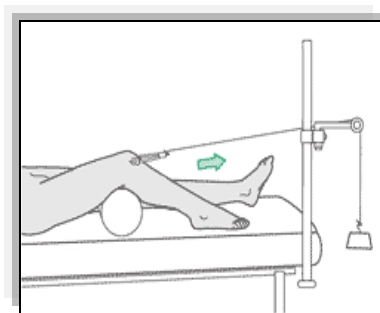
**روش درمان** با توجه به نظر پزشک براساس محل و نوع شکستگی، سن بیمار و..... متفاوت است و پزشک براساس تشخیص و شرایط بیمار روش های جراحی، استراحت در بستر یا برقراری کشش جهت درمان این بیماران انتخاب می کند

**شکستگی حلقه لگن:** 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. علائم شکستگی لگن شامل، درد، تورم موضعی، عدم تحمل وزن و تغییر شکل اندام (پای صدمه دیده به سمت خارج میچرخد)

**درمان غیر جراحی شکستگی لگن:** درمان غیر جراحی شکستگی های لگن استفاده از کشش است.

در این روش یک میله فلزی به قطر حدود پنج میلیمتر از قسمت بالایی استخوان بزرگ ساق یا قسمت پایینی استخوان ران بصورت عرضی عبور داده میشود و این میله توسط یک طناب باریک و از طریق

قرقره به وزنه هایی متصل میشود. این وزنه ها از طریق طناب باریک و میله گذاشته شده در ساق ( که به آن پین هم میگویند ) یک نیروی کششی را در امتداد طولی به اندام تحتانی وارد میکنند که موجب میشود مفصل ران کشیده شود



این عمل ممکن است بتواند تا حدودی قطعات شکسته شده را به یکدیگر نزدیکتر کند ولی نمیتواند جاناندازی دقیقی را صورت داده و قطعات شکسته شده را در وضعیت اولیه خود قرار دهد. بیمار باید به مدت طولانی که معمولاً حدود سه ماه است در همین وضعیت باقی بماند تا قطعات شکسته شده به این علت امروزه عملاً بندرت از کشش اسکلتال در درمان قطعی شکستگی های استابولوم استفاده میشود با این حال در فاصله زمانی بین پذیرش بیمار در بیمارستان و روز جراحی، برای دور نگه داشتن سر استخوان ران از حفره شکسته شده استابولوم یا در شرایط خاص (طبق نظر پزشک) از کشش اسکلتال استفاده میشود

### درمان جراحی شکستگی های استابولوم:

در صورت استفاده از عمل جراحی و بیحرکت کردن شکستگی با وسایلی مانند پیچ و پلاک در شکستگی های استابولوم پزشک معالج معمولاً سعی میکند چند روز بعد از عمل، بیمار را با **واکر** یا عصای زیر بغل راه اندازی کند و بیمار خیلی زود از بیمارستان مرخص شود

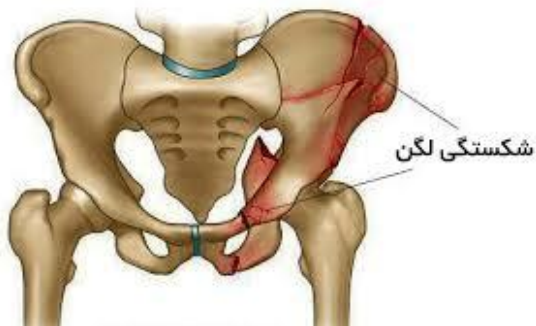
### شکستگی اطراف مفصل ران

این دسته شکستگی لگن، شامل گروهی از شکستگی ها است که در ناحیه زیر سر استخوان ران ایجاد میشوند.

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 و درمان آن معمولاً جراحی است

پس از جراحی جهت جلوگیری از در رفتگی مفصل، بیمار باید زانو ها را از هم جدا نگهداشته و در هنگام خواب بهتر است یک بالش بین پاهای خود قرار دهد. از انداختن پاها روی هم و خم کردن حاد مفصل ران بیش از ۶۰ درجه اجتناب کند. در صورت مشاهده کوتاهی اندام، چرخش داخلی یا خارجی، درد شدید لگن و عدم توانایی حرکت در اندام که ممکن است دال بر در رفتگی پروتز باشد به پزشک معالج خود مراجعه کند



### نقش تغذیه در جوش خوردن شکستگی ها:

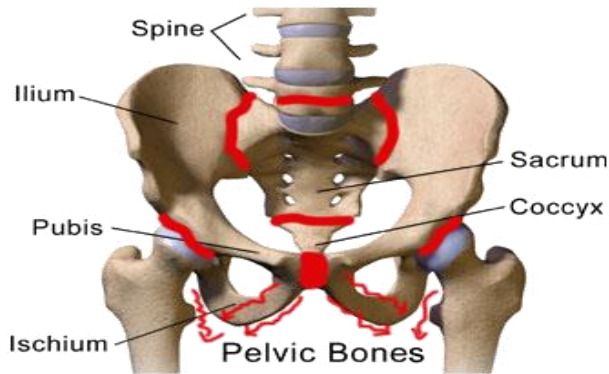
سال ها طول می کشد تا یک شکستگی کاملاً جوش بخورد. عوامل زیادی در جوش خوردن شکستگی ها نقش دارند مانند سن بیمار، نوع استخوان شکسته شده، شدت نیرویی که به استخوان وارد شده و آن را شکسته است، صدمه نسج نرم همراه، باز یا بسته بودن شکستگی، وجود عفونت، بیماری های زمینه ای، تغذیه و داروهای مختلف. در شکستگی ها، میزان کالری مورد نیاز افزایش خواهد یافت که باید از طریق تغذیه تامین کرد. مواد غذایی مورد نیاز در شکستگی ها به قرار زیر است:

- مقدار کافی پروتئین، کلسیم از طریق مواد غذایی یا داروهای مکمل - شیر کم چرب، ماهی، سویا و مخمرها - ویتامین های E, C, B6, D, K و.....



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان  
بیمارستان شهید کامیاب

## مراقبت های پس از ترخیص در شکستگی لگن



واحد آموزش بیمارستان سوانح شهید کامیاب  
دفتر بهبود کیفیت

تهیه و تنظیم: زهرا قندهاری مطلق

کد پمفلت 51\OR	سال تهیه: ۹۱
گروه هدف: بیماران	بازنگری: ۹۵

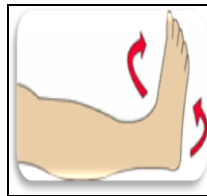
منابع:

داخلی جراحی برونر و سودارت

<http://www.patienteducationcenter.org>

\* عدم چین خوردگی ملحفه ها و رطوبت آنها حائز اهمیت است برای افراد مسن و ناتوان و بیماران دیابتی استفاده از وسایل حفاظتی برای تسکین فشار و تشک های مواج و ... مفید است  
۷- تنفس عمیق سرفه کمک به بهبود وضعیت تنفسی کرده و از ایجاد پنومونی و ... سایر مشکلات تنفسی جلوگیری می گردد. توصیه می شود فیزیوتراپی تنفسی مانند باد کردن بادکنک روزی ۳-۲ بار انجام شود

۸- مصرف دخانیات و الکل باید قطع گردد. دخانیات باعث می شود که مواد غذایی و دیگر عوامل موثر به محل جوش خوردگی کمتر برسد و در نتیجه شکستگی دیرتر جوش بخورد و یا اصلاً جوش نخورد  
۹- بیمار در چند هفته اول بعد از شکستگی، باید بطور مرتب مچ هر دو پای خود را به بالا و پایین حرکت دهد. هدف از این کار افزایش جریان خون در ساق است تا بدینوسیله از ایجاد لخته در وریدهای عمقی ساق پیشگیری شود بیمار باید حرکاتی را که به توسط پزشک یا فیزیوتراپ به وی آموزش داده شده است در منزل بطور مرتب انجام دهد تا مفاصل وی دچار خشکی نشوند



درمورد بیمارانی که کشش دارند، بعد از جوش خوردن شکستگی باید نرمش و فیزیوتراپی تا مدت ها ادامه یابد تا حرکت مفصل به حالت اولیه برگردد.

۱۰- پس از جراحی بیمار می توانید با عصای زیر بغل یا توسط واکر راه بروید ولی نباید تازمانی که پزشک اجازه نداده، اندامی را که جراحی شده است به زمین بگذارد

۱۱- در صورت استفاده از کشش، جهت جلوگیری از جابجایی قطعات شکسته وزنه ها و کشش اسکلتی را نباید از پای خود بار کنید. (کشش باید مداوم باشد اعمال گردد).

۱۳- پس از جراحی، وقتی بیمار در تخت به پشت می خوابد می تواند برای راحتی بیشتر یک بالش رادریز بر زانوهای خود قرار دهد یا وقتی به شانه طرف سالم می خوابد می تواند یک بالش را بین ساقهای خود قرار دهد.

.. دراز کشیدن به مدت طولانی در تخت عوارض مختلفی دارد مانند: ایجاد شدن زخم بستر، عفونت ادراری بر اثر اختلال در فعالیت مثانه، عفونت ریه، انعقاد خون در ساق پا، خشکی مفصلی در مفاصل ران و زانو، ضعیف شدن عضلات اندام تحتانی به علت بیحرکتی به مدت طولانی و ... الگوی نامناسب خواب. و ... می تواند ایجاد کند لذا با توجه به عوارض خطرناک این نوع شکستگی لازم است که مراقبتهای خاصی برای این افراد در نظر گرفته شود که عبارتند:

۱- در صورت عمل جراحی، محل برش جراحی باید تمیز و خشک نگه داشته شود. و پانسمان به روش استریل و در فاصله زمانی توصیه شده از طرف پزشک، تعویض گردد. بخیه ها معمولاً بعد از دو تا سه هفته از جراحی خارج میشوند

۲- 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، داروهای تجویز شده از طرف پزشک معالج (آنتی بیوتیک ها ضد دردها، ضد التهاب و ...) باید در زمان معین مصرف گردد.

۳- در صورت استراحت در بستر، داروهای برای جلوگیری از لخته شدن خون در اندامهای تحتانی به بیمار داده میشود که ممکن است تزریقی یا خوراکی باشند. این داروها تا مدت زمانی که پزشک مشخص کرده است باید مصرف شوند

۴- تخلیه ناقص مثانه در اثر وضعیت خوابیده در تخت می تواند سبب عفونت ادراری گردد لذا توصیه می شود مقدار کافی مایعات مصرف کرده و هر ۳ ساعت یکبار ادرار کنید در صورت بروز تب یا سوزش و درد در هنگام ادرار کردن به پزشک مراجعه کنید.

۵. کاهش حرکات گوارشی و عدم تحرک کافی منجر به یبوست و بی اشتها می شود مصرف رژیم غذایی با فیبر زیاد و مایعات می تواند تحرک سیستم گوارشی را تحریک کرده و از ایجاد یبوست و نفخ جلوگیری کرده و به بهبود اشتها کمک کند

۶- جهت تامین سلامت پوست باید مکرراً وضعیت پوست را در نقاط فشاری (پاشنه، خاجی، شانه ها...) کنترل کنید. لذا توصیه می شود از باقی ماندن در یک وضعیت بیش از ۲ ساعت خودداری گردد. روزانه پوست از نظر قرمزی سائیدگی و تورم کنترل شود و\* به بیمار کمک شود تا هر چه سریعتر فعالیت خود را از سرگیرد