

محل بخیه جراحی روی ساق پا را بررسی نمایید. در صورتی که در بین بخیه ها ترشح خون آلود و یا ترشح چرکی مشاهده می نمایید با پزشک خود در میان بگذارید.



در صورتی که اندام شما درون گچ می باشد، از گچ خود محافظت نمایید.

در صورتی که پزشک شما اجازه ی راه رفتن روی پای گچ گرفته شده را به شما داده است، می توانید با بستن یک دمپایی به کف عضو گچ گرفته، آن را روی زمین گذاشته و راه بروید.

مراقبت از گچ در وضعیت نشسته، بدین گونه است که پای گچ گرفته را در سطحی بالاتر از پای دیگر قرار دهید و از آویزان نمودن عضو گچ گرفته خودداری نمایید.

مفاصلی که در گچ قرار ننگرفته اند را مرتب حرکت دهید و مناطقی از عضو، که در داخل گچ قرار ندارند را، به گونه ای که گچ خیس نگردد، شسته و خشک نمایید. در صورت داشتن زخم در زیر گچ، از پزشک، آموزش لازم جهت برنامه ی تعویض پانسمان را جویا شوید.



مهمترین ابزار برای تشخیص این شکستگی استفاده از رادیوگرافی ساده با اشعه ایکس است. ممکن است از سی تی اسکن یا ام آر آی هم برای کمک به تشخیص استفاده شود. درمان می تواند شامل گچ گرفتن، جراحی و ... باشد.



علل شکستگی ساق پا می تواند:

پیچ خوردگی یا کشیدگی پا و یا ضربات وارده

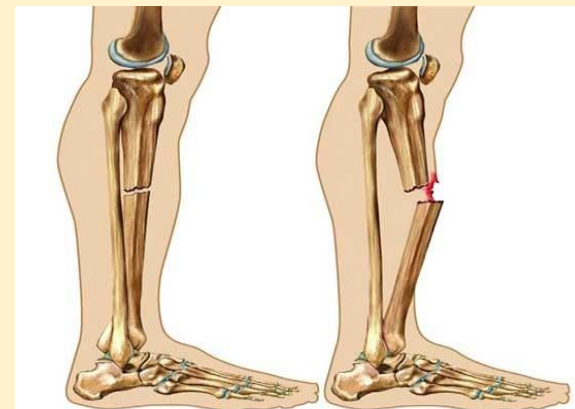
افتادن و سقوط

تصادفات با وسیله نقلیه



**پس از جراحی ساق پا:** در محل جراحی پانسمان دارید. پانسمان را از نظر وجود ترشح و خونریزی بررسی نمایید. در صورت صلاحدید پزشکتان ممکن است نیاز به تعویض پانسمان در منزل باشد. قبل از انجام پانسمان دست های خود را با آب و صابون بشویید و سپس پانسمان را با رعایت نکاتی که به شما آموزش داده شده، تعویض نمایید.

شکستگی ساق پا، شکستگی یک یا هر دو استخوان ساق پا می باشد. در این بین امکان آسیب به رباط ها و عضلات اطراف استخوان های ساق پا نیز وجود دارد.



علائم ساق پای شکسته:

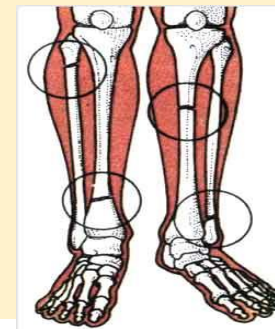
درد شدید و فوری در محل شکستگی

تورم، کبودی و خون مردگی

حساسیت محل به لمس و فشار

عدم توانایی بیمار در وزن گذاشتن روی پای مبتلا

تغییر شکل ظاهری ساق پا

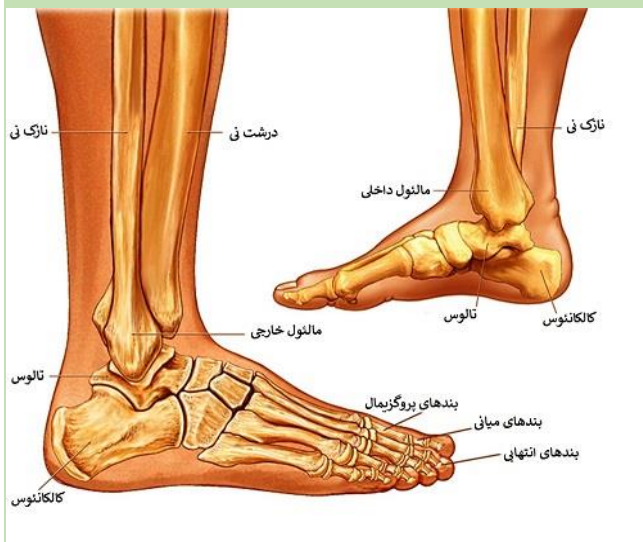




K-B:01-05-00

بیمارستان کسری

## بعد از جراحی ساق پا، چگونه از خود مراقبت کنیم



تهیه و تنظیم:

گروه آموزش به بیمار و ارتقا سلامت بیمارستان کسری

[www.kasrahospital.ir](http://www.kasrahospital.ir)

سرفه و تنفس عمیق داشته باشید، زیرا به جلوگیری از ایجاد عفونت در ریه های شما کمک می نماید.

از مهم ترین داروهایی که باید در منزل استفاده نمایید:

آمپول **انوکساپارین** است. بر طبق صلاحدید پزشکتان، در اطراف ناف، تزریق زیر جلدی نمایید.



در صورتی که در ساق پای خود، سفتی، گرما، درد، تورم و تغییر رنگ داشتید، راه نروید و به کمک ویلچر و همراهتان به اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید.

**رانندگی** بسته به شرایط شما و در زمان اجازه پزشکتان باید آغاز گردد.

**توالت فرنگی استفاده کنید.** در کنار توالت فرنگی و در حمام دستگیره نصب نمایید تا به ایستادن و نشستن ایمن شما کمک نماید. **از فرش حمام استفاده کنید** سایر سطوح لغزنده منزل را نیز با کفیوش ایمن بپوشانید تا احتمال سقوط را به حداقل برسانید.

در منزل با اجازه پزشک راه بروید، راه رفتن به پیشگیری از ایجاد لخته در پاهای شما کمک می کند.

هر کدام از علائم زیر را داشتید به اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید: افت هوشیاری، تنگی نفس، تب بیشتر از 38/5، خونریزی یا ترشح چرکی از محل بخیه ها و درد شدید در محل جراحی.

هر گونه تغییر در قسمتهای خارج از گچ، در عضو گچ گرفته شده ( بالا و پایین ناحیه ی گچ گیری شده ) را با عضو سالم مقایسه نمایید و تغییرات پیدا شده را به پزشک خود اطلاع دهید.

در صورتی که به هر دلیل، پزشک شما روی گچ ناحیه ساق پای شما پنجره باز کرده است، به هیچ عنوان آن را باز نکنید، زیرا موجب تورم بافت زیر آن و ایجاد زخم در پوست اطراف لبه های آن می گردد.

روزی چندین بار عضلات زیر گچ را منقبض و منبسط ( شل و سفت ) نمایید تا از تحلیل رفتن عضلات عضو گچ گرفته جلوگیری شود.

از گذاشتن گچ بر روی سطوح تیز و یا ناهموار خودداری کنید.

در صورتی که پیچ و پلاک و یا فیکساتور خارجی برای شما تعبیه شده: از محل پیچ و پلاک محافظت نموده، هر گونه ترشح خون آلود و چرکی را کنترل نمایید و در صورت وجود پانسمان، به ظاهر پانسمان توجه نمایید.

در صورتی که برای شما فیکساتور خارجی تعبیه شده است، بر طبق نظر پزشک، در مراقبت از فیکستور خود کوشا باشید.

انجام **MRI** با توجه به وجود هر گونه وسیله فلزی در استخوان برای شما ممنوع است.

