



بیمارستان فاطمه الزهرا (س) شهرستان حاجی آباد

<http://fzhh.hums.ac.ir>

07635421578-07635422168



شناسنامه پفلت آموزشی کد : FZH.MNG.P-PH=32

| عنوان            | شکستگی استخوان پا      |
|------------------|------------------------|
| تهیه کننده       | سوپر وایزر آموزش       |
| تایید کننده      | کمیته آموزش به بیمار   |
| سال تهیه         | تابستان 1402           |
| ناظر کیفی        | سوپر وایزر آموزش سلامت |
| تایید کننده علمی | جراح و متخصص ارتوپدی   |

### داروها:

پزشک برای کاهش درد و التهاب ناشی از شکستگی استخوان ران و ساق پا، استفاده از یک مسکن بدون نیاز به نسخه مانند استامینوفن یا ایبوپروفن یا غیره (یا ترکیبی از این دو را پیشنهاد کند . اگر دردتان شدید باشد، پزشک داروی مسکن قوی تر تجویز خواهد کرد.

### عمل جراحی:

اکثر شکستگی ها با ثابت نگه داشتن پا بهبود می یابند . البته، ممکن است نیاز باشد که در درمان شکستگی استخوان ران و ساق پا با استفاده از عمل جراحی ابزارهای تثبیت داخلی مانند پلاک ، میله یا پیچ در درون پا قرار بگیرند تا استخوان ها را در طول دوره بهبودی ثابت نگه دارند.

### فیزیوتراپی و ورزش:

در درمان شکستگی استخوان ران و ساق پا پس از برداشته شدن اسپیلنت یا گچ به تمرینات توان بخشی یا فیزیوتراپی نیاز خواهید داشت تا بتوانید سفتی را کاهش داده و دامنه حرکت طبیعی پای آسیب دیده را دوباره به دست بیاورید.

### آماده سازی پا و جا اندازی استخوان ها

معمولا درمان اولیه پای شکسته در یک اورژانس یا کلینیک مراقبت های فوری شروع می شود . اینجا، پزشکان عموما آسیب وارده را ارزیابی کرده و به کمک یک اسپیلنت پایتان را ثابت نگه می دارند . اگر شما یک شکستگی جا به جا شده داشته باشید، ابتدا پزشک باید قطعات را دستکاری کرده و آن ها را به وضعیت اولیه برگرداند (فرایندی که به آن جا اندازی گفته می شود ) و سپس اسپیلنت را نصب کند. در برخی موارد، شکستگی به مدت یک روز با اسپیلنت نگه داشته می شود تا پیش از گچ گرفتن ورم پا کاهش پیدا کند.

### ثابت نگه داشتن :

برای موفقیت آمیز بودن درمان باید حرکت استخوان شکسته محدود شود، که برای این کار به یک اسپیلنت یا گچ نیاز است . همچنین بیمار برای جلوگیری از قرار گرفتن وزن بدن بر روی پای شکسته می بایست به مدت شش تا هشت هفته یا بیشتر از چوب زیر بغل یا عصا استفاده کند.



## شکستگی استخوان نازک نی (فیبوله) به تنهایی



این شکستگی ها اکثرا به علت ضربه مستقیم به کناره خارجی ساق ایجاد می شوند . در این موارد شکستگی معمولاً عرضی است . گاهی اوقات شکستگی استخوان نازک نی همراه با شکستگی قوزک مچ پا و به دنبال پیچ خوردگی مچ ایجاد می شود . در این موارد شکل شکستگی بیشتر می شود . بیمار معمولاً می تواند راه برود و به همین خاطر اکثر بیماران به شکستگی شک نکرده و به پزشک مراجعه نمی کنند . در شکستگی های قسمت های بالایی استخوان نازک نی ممکن است عصب پروئال (عصب نازک نی) آسیب ببیند.

### درمان

درمان شکستگی استخوان ران و ساق پا بسته به نوع و محل شکستگی متفاوت خواهد بود. برای مثال، شکستگی های استرسی معمولاً تنها به استراحت و ثابت نگه داشتن پا نیاز دارند.

بنابراین در هر بیماری که دچار شکستگی ساق شده است باید معاینات لازم برای رد یا اثبات این عارضه به عمل بیاید. احتمال آسیب به عروق و اعصاب ساق در این شکستگی ها وجود دارد و پزشک معالج معاینات عروقی و عصبی اندام را به دقت در مورد این بیماران انجام می دهد.

### تشخیص

تشخیص قطعی این شکستگی ها با استفاده از رادیوگرافی ساده صورت میگیرد . رادیوگرافی می تواند شکل شکستگی و میزان جابه جایی را نشان دهد.

### شکستگی استخوان درشت نی (تیبیا) به تنهایی



این شکستگی ها معمولاً به علت ضربات مستقیم به ساق به وجود می یابند . در این شکستگی ها قطعات معمولاً جابه جایی کمی دارند درد بر روی استخوان درشت نی همراه با تورم در ناحیه شکستگی وجود دارد . به علت جابه جایی کم قطعات، تغییر شکل ظاهری در ساق وجود ندارد و به همین علت ممکن است بیمار به شکستگی شک نکرده و به پزشک مراجعه نکند.

## شکستگی هر دو استخوان ساق

شکستگی هر دو استخوان ساق می تواند بر اثر ضربات مستقیم یا غیر مستقیم ایجاد شود. ضربات مستقیم مانند تصادفات اتومبیل یا موتورسیکلت است. در این آسیب ها معمولاً شکستگی به صورت عرضی یا خرد شده است . به علت شدت بالای ضربه و اینکه استخوان درشت نی دقیقاً زیر پوست قرار گرفته است این شکستگی ها به آسانی تبدیل به شکستگی باز می شوند . گاهی اوقات هم شکستگی به دنبال ضربات غیرمستقیم به خصوص در حین ورزش ایجاد می شود. در این حالات چون مکانیسم شکستگی معمولاً به صورت پیچ خوردن ساق است خط شکستگی معمولاً به صورت مارپیچی است.

### علائم شکستگی

مهم ترین علامت این شکستگی درد در ناحیه ساق است. درد با فشار به محل شکستگی و یا حرکت دادن محل شکستگی بیشتر می شود. بیمار قادر به راه رفتن با پای شکسته نیست . ساق پا متورم شده و ممکن است به علت جابه جایی شدن قطعات شکستگی ساق تغییر شکل بدهد . اگر شکستگی باز باشد زخم پوستی دیده می شود و ممکن است لبه استخوان های شکسته شده از درون زخم دیده شوند. از عوارض بسیار مهم این شکستگی سندروم کمپارتمان است که به علت خونریزی و تورم شدید ساق ایجاد