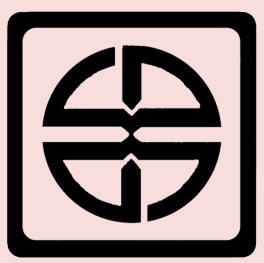




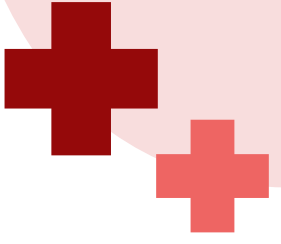
دانشگاه دامغان

مرکز مشاوره و سبک زندگی

نیاز های آموزشی، اولویت بندی، دستورالعمل و راهنمای آموزش به بیمار ۱۴۰۳



دانشگاه علوم پزشکی سمنان
مرکز آموزشی پژوهشی درمانی ولایت
واحد آموزش سلامت



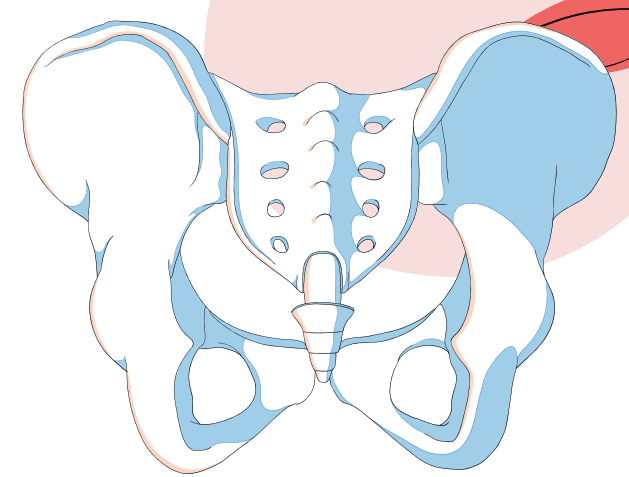
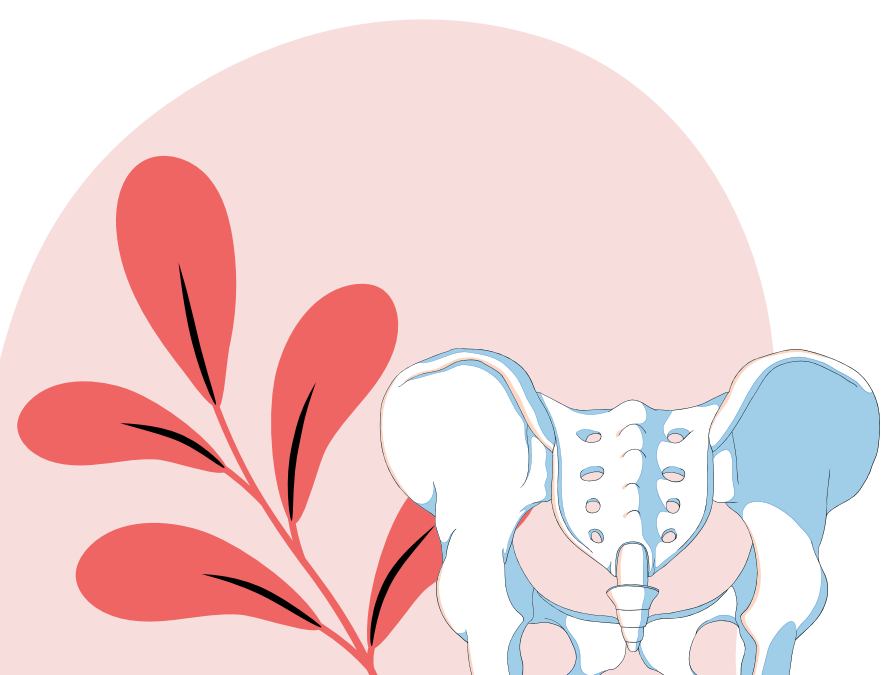
نیازهای آموزشی در بیماران دارای شکستگی لگن

بیمار باید بی حرکتی اندام یا عضو شکسته و اجتناب از اعمال فشار بر برجستگی های استخوانی را بداند.	بهبتر است بیمار انجام ورزش های ایزومتریک طبق نظر پزشک (سفت و منقبض نمودن عضله بدون حرکت دادن اندام) را بداند.
بیمار باید بالا نگه داشتن عضو را بداند.	بیمار باید حرکت انگشتان پا را بداند.
بهبتر است روش تسکین درد (ابتدا کمپرس سرد و سپس گرم) را بداند	بیمار باید علایم خطر آمبولی را بداند.
بیمار باید بررسی وضعیت عصبی و عروقی قسمت انتهایی اندام شکسته (لمس عضو از نظر گرمی و رنگ و برگشت مویرگی) را بداند.	بیمار باید آموزش تنفس لب غنچه ای و سرفه موثر را ببیند.
بیمار باید مراقبت از اتصالات مانند سوند و درن های هموواگ را بداند.	بیمار باید مصرف به موقع آنتی بیوتیک ها و سایر داروها، اثرات و عوارض آن ها را بداند.
بیمار باید مراقبت قبل و بعد از عمل جراحی را بداند .	بهبتر است بیمار پیگیری پس از ترخیص را بداند.
بهبتر است رژیم غذایی مناسب حاوی فیبر و مایعات و کلسیم و حاوی آهن (گوشت قرمز، جگر، سبزیجات دارای برگ سبز و ویتامین C و شیر و لبنیات و مایعات فراوان) را بداند.	بیمار باید روش انتقال و جا به جایی صحیح به همراهیان و تغییر وضعیت هر دو ساعت و چرخش در تخت جهت پیشگیری از زخم بستر را بداند.
بیمار باید زمان تزریق و مصرف داروی آنتی کوآگولانت در شکستگی اندام تحتانی و مراکز ارائه دهنده خدمات را بداند.	بیمار باید مراقبت از کشش پوستی و اسکلتی (فیکساتور خارجی) را بداند.
بیمار باید نحوه مراقبت از محل زخم را بداند.	بیمار باید علایم در رفتگی احتمالی پروتز را بداند.
بیمار باید نحوه مراقبت از گچ را بداند.	بیمار باید نحوه استحمام بعد از ترخیص را بداند.
بیمار باید استفاده از جوراب الاستیک (خارج نمودن جوراب در شب و در طول روز هر دوساعت) را بداند.	

استخوان ران از محکمترین استخوان های بدن است و شکستگی آن نیاز به وارد شدن نیروی زیاد دارد. معمولاً این نیروها در حین تصادفات وسایل نقلیه و سقوط از ارتفاع می تواند به بدن وارد شود.

علایم شکستگی ران :

- ران متورم، دردناک و تغییر شکل یافته
- ناتوانی در حرکت دادن پا یا ایستادن
- خونریزی زخم باز و بیرون زدن استخوان از پوست
- تجمع خون که باعث تغییر رنگ یا کبودی شدید ناحیه شکستگی می شود.
- گرفتگی عضله ران
- گزگز کردن ران یا پا





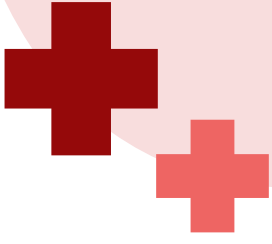
دانشگاه دامغان

مرکز مشاوره و سبک زندگی

نیاز های آموزشی، اولویت بندی، دستورالعمل و راهنمای آموزش به بیمار ۱۴۰۳



دانشگاه علوم پزشکی سمنان
مرکز آموزشی پژوهشی درمانی ولایت
واحد آموزش سلامت



درمان جراحی :

- در شکستگی های ران معمولاً اقدام اول جراحی می باشد و طی آن استخوان های شکسته به هم وصل می شود که بهترین زمان آن ۴۸ ساعت اول بعد از آسیب است تا عوارض کاهش یابد.

درمان غیر جراحی :

- درمان غیر جراحی شکستگی استخوان ران به صورت کشش و سپس گچ گیری است، که گاهی اوقات یک پین پایین تر از ناحیه شکسته شده قرار می دهند و حدود یک تا دو ماه پای بیمار به وزنه متصل می شود. که با این کار استخوان جایجا شده و به جای اول خود باز می گردد.
- می توانید با استفاده از دست ها و دستگیره بالای سر، خود را روی تخت جا به جا کنید، به این ترتیب عضلات بازو و شانه تقویت می شود و بعدها راحت تر از وسایل کمکی برای حرکت استفاده می کنید.

مراقبت های قبل از عمل :

- سابقه بیماری های قلبی، ارثی و داروهای مصرفی خود را به پزشک یا پرستار بخش اطلاع دهید.
- ناشتا بودن حداقل ۸ ساعت قبل عمل الزامیست.
- تنها داروهایی را که پزشک اجازه می دهد، صبح روز عمل با مقدار کمی آب مصرف کنید.
- داروهایی مانند آسپرین، رقیق کننده های خون، داروهای ضد التهاب باید طبق دستور پزشک چند روز تا یک هفته قبل عمل مصرف نشود.
- شب یا صبح عمل موهای ناحیه عمل به فاصله ۲۰ سانتی متر از هر طرف تراشیده می شود.

مراقبت های بعد از عمل :

- درد در مدت کوتاهی پس از عمل جراحی به سرعت کاهش می یابد.
- اغلب بعد از ۲ الی ۳ روز فقط گاهی برای رفع سفتی و گرفتگی عضلات به داروهای مسکن طبق دستور پزشک نیاز پیدا می کنید.
- برای کنترل درد با بلند کردن اندام عمل شده و استفاده از کیسه یخ می توان به کنترل درد و تورم کمک کنید.
- با تغییر وضعیت و آرامش فکری و پرت کردن حواس به کاهش درد کمک کنید.

رژیم غذایی بعد از عمل :

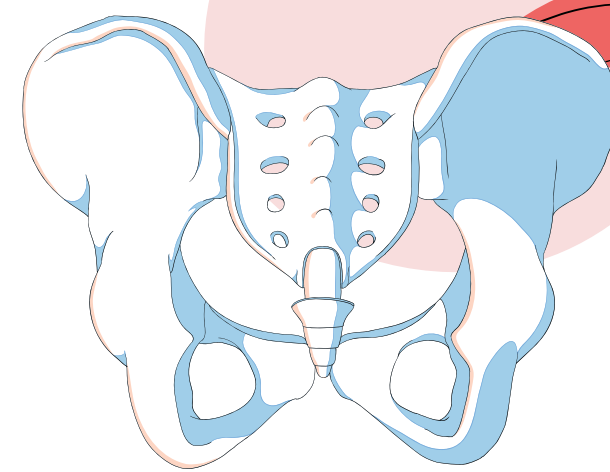
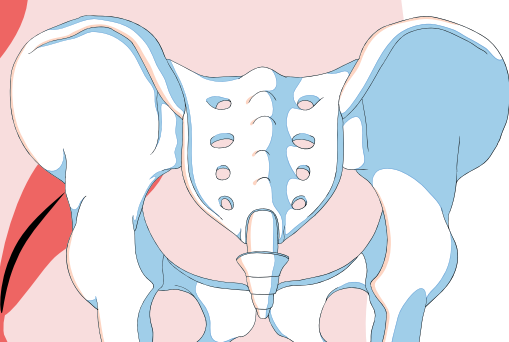
- تا چند ساعت نباید چیزی خورده شود بعد از چند ساعت می توان پس از کسب اجازه از پرستار ابتدا چند قاشق آب به بیمار داد و اگر تحمل کرد و دچار ناراحتی نشد می توان به تدریج به او مایعات بیشتری داد.
- بعد اینکه رژیم غذایی برای بیمار شروع شد در صورت مبتلا نبودن به بیماری های خاص (قلبی، تنفسی، دیابت و...) از کلیه مواد غذایی می توان بهره برد.
- برای بهبود باید بافت جدید ساخته شود که این نیاز به انرژی فراوان دارد و غذا باید سرشار از گلوکز، چربی، پروتئین، املاح و ویتامین ها باشد.
- یبوست از عوارض بعد از عمل می باشد که به دلیل کاهش حرکت و استفاده از مسکن ها رخ می دهد.
- آب کافی، مصرف مواد غذایی حاوی فیبر از جمله سبزیجات، غلات، میوه، حرکت سریع تر و نرم کننده های مدفوع می تواند برای پیشگیری از یبوست مصرف شود.

دارو ها بعد از عمل جراحی :

- ممکن است پزشک معالج داروهای آنتی بیوتیک خوراکی برای شما تجویز نماید تا بعد از ترخیص از بیمارستان برای مدتی از آن ها در منزل استفاده کنید.
- از قطع کردن آن ها بدون دستور پزشک خودداری کنید.
- بعد از جراحی ممکن است داروهایی داده شود تا از لخته شدن خون در پاها جلوگیری شود. به این دارو ها داروهای رقیق کننده خون می گویند.
- استفاده از این دارو ها ممکن است تا چند هفته بعد از عمل ادامه پیدا کند.

فیزیوتراپی :

- در اوقات بیداری ورزش های مربوط به عضلات پا را طبق نظر پزشک و فیزیوتراپی انجام دهید تا جریان خون بهتر شود.
- هر چه زودتر تحت نظر پزشک و فیزیوتراپ حرکات مفاصل زانو را شروع نمایید.
- می توان از وسایل کمکی حرکتی مانند چوب زیر بغل و واکر استفاده کرد و محدودیت های توصیه شده برای فعالیت را رعایت کنید و به ناحیه عمل شده فشار وارد نکنید.
- تنفس عمیق و سرفه کردن به خروج ترشحات از ریه کمک می کند.

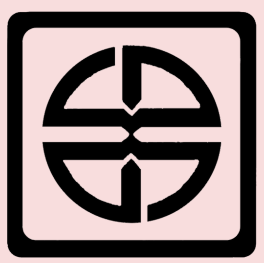




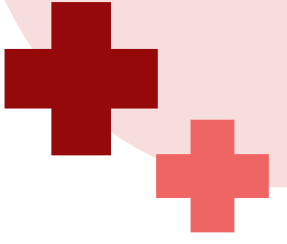
دانشگاه دامغان

مرکز مشاوره و سبک زندگی

نیاز های آموزشی، اولویت بندی، دستورالعمل و راهنمای آموزش به بیمار ۱۴۰۳



دانشگاه علوم پزشکی سمنان
مرکز آموزشی پژوهشی درمانی ولایت
واحد آموزش سلامت



پیگیری پس از ترخیص :

- بنا به دستور ۲ الی ۳ هفته پس از عمل جهت کشیدن بخیه ها به پزشک مراجعه نمایید.
- تعویض پانسمان باید پس از ترخیص به صورت روز در میان و توسط پرستار یا همراه بیمار که در بیمارستان آموزش دیده انجام شود.

علائم هشدار :

- در صورت داشتن علائم عفونت از جمله تب و لرز، قرمزی و خروج ترشح چرکی از ناحیه عمل شده و حساسیت در لمس به پزشک مراجعه کنید.
- در صورت تورم و درد غیر قابل کنترل، سردی و رنگ پریدگی انگشتان و بی حسی اندام سریعاً به پزشک مراجعه نمایید.

چند نمونه تشخیص پرستاری در بیماران تحت عمل جراحی و شکستگی ها

اختلال در راحتی در ارتباط با درد حاد	درد حاد
خطر بروز تاخیر در بهبودی بعد از جراحی	تهوع
خطر احتباس ادراری	خطر خونریزی
الگوی تنفسی نامناسب پس از جراحی به علت هایپوونتیلاسیون و عدم تحرک	خطر عفونت
اختلال در الگوی خواب	ترس و اضطراب
اختلال در استفاده از وسایل کمک حرکتی	کمبود آگاهی
اختلال در تحرک فیزیکی	اختلال در حرکات گوارشی
اختلال در راه رفتن	اختلال در نشستن
خطر بروز اختلال در کارکرد اعصاب و عروق محیطی در ارتباط با تورم، فشار دستگاه ها روی اندام یا اشکال در بازگشت وریدی	

منابع :

- Nanda nursing diagnoses 2021-2023
- Brunner Suddarth's textbook of Medical surgical Nursing 2018
- <https://familydoctor.org>
- راهنمای بالینی پرستاری مبتنی بر شواهد
- کارگروه درون بخشی آموزش به بیمار بخش های جراحی و آی سی یو

