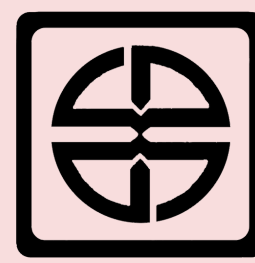




دانشگاه دامغان

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 دچار پارگی تاندون دست

بیمار باید در رابطه با بیماری خود علائم، عوارض و روش های درمانی را بداند.

بیمار باید داروها، روش صحیح مصرف، اثرات و عوارض آن ها را بداند.

بیمار بهتر است رژیم غذایی مناسب خود را بداند.

بیمار باید میزان و نوع فعالیت های مجاز و زمان شروع فعالیت های جنسی را بداند.

بیمار باید زمان مراجعه بعدی جهت پیگیری بیماری را بداند.

بیمار باید مراقبت های لازم در زمینه تعویض پانسمان و مراکز قابل دسترس را بداند.

بیمار باید علائم هشدار و خطر را بداند.

بیمار باید مراقبت ها و آمادگی های قبل و بعد از عمل را بداند.

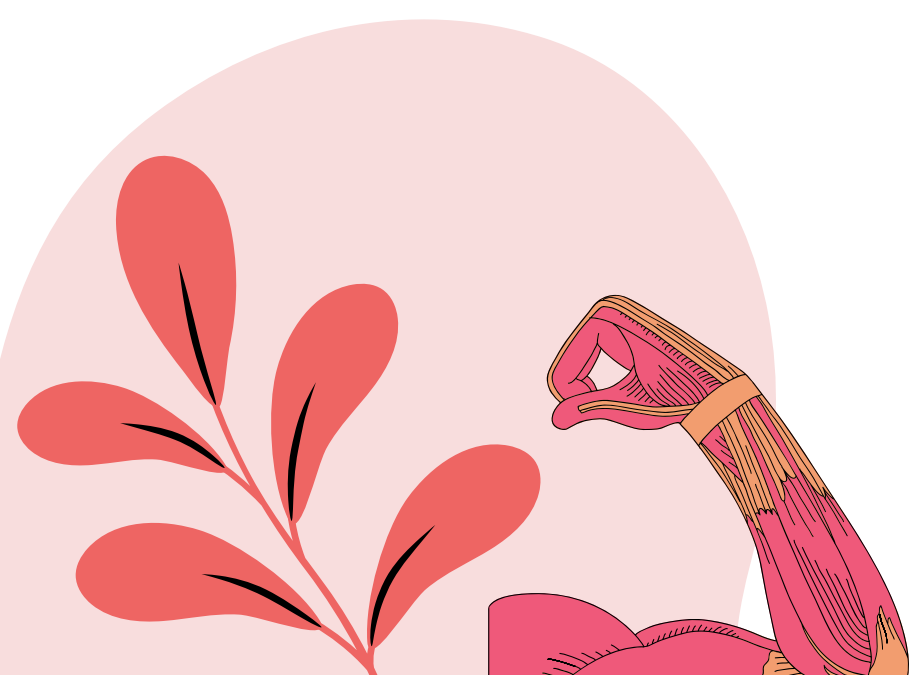
### تاندون :

تاندون ها بافت هایی به شکل طناب هستند که عضله را به استخوان متصل می کنند. با انقباض عضله، تاندون حرکت می کند و با حرکت تاندون استخوان و مفصل هم حرکت می کند. شایع ترین آسیب تاندون دست، پارگی آن است و شایع ترین علت پاره شدن این تاندون ها عوامل زیر می باشد:

- اصابت جسم تیز و برنده مثل چاقو، شیشه و یا لبه تیز فلزات
- مصدومیت ورزشی
- گاز گرفتن توسط حیوانات
- آرتريت روماتويد

### مراقبت قبل از عمل :

- انجام یک پانسمان فشاری\_حمایتی بر روی عضو آسیب دیده جهت کاهش خونریزی و درد اندام
- بالا گرفتن عضو آسیب دیده بالاتر از سطح بدن، جهت کاهش خونریزی و تورم
- چک کردن انتهای عضو آسیب دیده از نظر خون رسانی بافتی
- استفاده از کمپرس سرد به صورت غیر مستقیم جهت کاهش خونریزی و درد





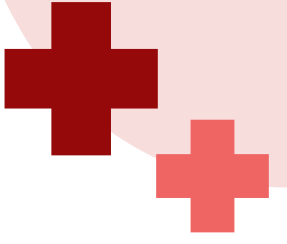
دانشگاه دامغان

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



## مراقبت بعد از عمل :

- مصرف داروهای آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک الزامی است.
- مراجعه به پزشک معالج جهت بررسی روند بهبود زخم
- بالا نگه داشتن عضو به گونه ای که بالاتر از قلب باشد.
- انگشتان از نظر حس و حرکت و رنگ طبیعی و خونریزی کنترل شود. در صورت خونریزی و درد و تورم غیر قابل کنترل به پزشک اطلاع داده شود.
- تعویض پانسمان باید با نظر پزشک و توسط فرد مجرب انجام شود.
- آتل تمیز نگه داشته شود و از خیس شدن آن جلوگیری شود، آتل نباید زیاد سفت و یا شل باشد.
- هر گونه بوی بد یا ترشح از آتل باید به پزشک اطلاع داده شود.
- معمولاً آتل گچی در ترمیم تاندون در حدود ۴ الی ۶ هفته باقی می ماند و طی این مدت اندام باید بدون حرکت در داخل آتل بماند.
- حرکت دادن عضو آسیب دیده فقط با نظر پزشک معالج و زیر نظر او انجام می شود و محدوده ی مجاز حرکت عضو را پزشک تعیین می کند.
- بدون اطلاع پزشک آتل یا اسپلینت دور دست باز نشود.

## در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- در صورت شنیدن یا حس کردن صدای پارگی
- در صورت بروز درد شدید
- در صورت بروز کبودی شدید در مدت زمان بسیار کم پس از وقوع حادثه
- در صورت ایجاد تغییر شکل ظاهری در عضو آسیب دیده
- در صورتی که قادر به استفاده از عضو آسیب دیده نباشید.
- در صورت بروز دیگر علائم نگران کننده



## 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

