دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی و درمانی قزوین

مراقبت های بعد از عمل – شکستگی کتف

مهم ترین علائم شکستگی استخوان کتف عبارتند از:

درد شدید در هنگام حرکت دادن اندام فوقانی و یا در هنگام فشار بر روی استخوان شکسته شده، تورم در ناحیه پشت شانه و کتف، خراشیدگی پوستی و خون مردگی در پشت شانه و کتف.

درمان شکستگی های کتف :



درمان اکثر شکستگیهای استخوان کتف درمان غیر جراحی به صورت آویزان کردن اندام فوقانی به گردن است. مدت بی حرکتی سه هفته است. و این زمانی است که استخوان کتف نیاز دارد تا جوش بخورد معمولا در ۲۴ ساعت اول بعد از شکستگی می توان با سرد کردن ناحیه پشت کتف مانع از افزایش تورم و خونریزی شد.

بعضی از انواع شکستگی های استخوان کتف مانند شکستگی های حفره مفصل شانه ، شکستگی گردن استخوان کتف با شکستگی زائده بزرگ استخوان کتف اگر همراه با جابجایی زیاد باشد، ممکن است نیاز به عمل جراحی داشته باشد .

- ✓ **از رژیم غذایی متعادل همراه با پروتئین زیاد و ویتامین های کافی برای بهبود هر چه سریع تر شکستگی استفاده کنید . مایعات فراوان مصرف کنید . در صورت درد از مسکنهای تجویز شده توسط پزشک استفاده کنید .**
- ✓ **حرکات شانه ممکن است بعد از شکستگی به سرعت محدود شود. بنابر این لازم است تا شما هر چه زودتر حرکات شانه را شروع کنید: (معمولا" در همان هفته اول بعد از شکستگی) چون این حرکات و نرمش ها برای بدست آوردن دامنه حرکات شانه است.**
- ✓ **نرمش های کششی و تقویتی باید تا زمان بدست آوردن کامل حرکات شانه و تقویت عضلات آن انجام شوند . این زمان ممکن است حتی تا یک سال هم طول بکشد .**

نکات لازم برای کاهش خطر عفونت محل جراحی

- ✓ **از پزشک خود بپرسید تا کی نباید به محل جراحی آب بخورد یعنی کی میتوانید آن قسمت را بشویید. سپس به هر آنچه پزشکتان گفت با دقت عمل کنید.**
- ✓ **پانسمان محل عمل خود را هر ..... تعویض کنید. محل زخم جراحی را نخارانید و نمالید. روی محل جراحی کرم نمالید و روی آن پودر نریزید. محل زخم جراحی را جلوی نور مستقیم خورشید قرار ندهید.**
- ✓ **..... روز بعد از جراحی می توانید استحمام کنید و سپس محل زخم جراحی را خشک نگه دارید.**
- ✓ **در تاریخ ..... به پزشک خود در ..... مراجعه نمایید.**

(واحد آموزش سلامت بیمارستان شهید رجایی قزوین - ویرایش ۱۴۰۳)–طبقه همکف مرکز، جنب واحد فیزیوتراپی

ساعات کاری واحد: همه روزه غیر از روزهای تعطیل ساعت ۱۴–۸(۰۲۸۳۳۳۴۷۰۰۵) حضوری و تلفنی–شماره ایتای رجائی: ۰۹۹۶۰۷۸۷۴۰۸