

مددجوی گرامی:

با آرزوی سلامتی برای شما، مطالب این راهنما به منظور آشنایی بیشتر شما با بیماری شکستگی بازو و مراقبت‌های آن تهیه شده است. امید است با مطالعه آن قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

شکستگی استخوان بازو

استخوان بازو: استخوان بین شانه و آرنج می باشد .

شکستگی در قسمت انتهایی بازو می تواند به دو حالت ایجاد شود:

ضربه مستقیم: مثل افتادن روی آرنج یا برخورد آرنج

به جای سفت

ضربه غیر مستقیم: مثل افتادن روی کف دست

سایر موارد: تصادف یا سقوط از ارتفاع

علائم شکستگی:

- دردی شدید که ممکن است در اثر جا به جا کردن اندام آسیب دیده شدید تر هم شود:
- تورم
- کبودی

- تغییر شکل دادن دست مثلاً خم شدن بازو یا مچ
- نا توانی در چرخاندن دست به گونه ای که کف دست ها رو به بالا یا پایین قرار بگیرد.

تشخیص:

- رادیوگرافی ساده می تواند شکستگی را مشخص کند. گاهی برای مشخص شدن تعداد قطعات شکسته شده و یا میزان و جهت جابجایی قطعات از سی تی اسکن استفاده می شود.



درمان شکستگی:

(۱) **آتل یا گچ گیری:** در صورتی که شکستگی بدون جابجایی باشد از آتل یا گچ به مدت 4 تا 6 هفته استفاده می شود.

(۲) **جراحی:** در صورت وجود جابجایی بین قطعات شکسته شده از جراحی استفاده می شود. که در جراحی از لوازم مختلفی جهت فیکس کردن شکستگی استفاده می شود . (پیچ، پلاگ، پین) در مواردی که خورد شدگی استخوان زیاد است گاهی از پیوند استخوان و در مواردی از تعویض مفصل آرنج استفاده می شود.

مراقبت ها:

- در مواردی که درمان با استفاده از پیچ و پلاک است معمولاً حرکت دست باید سریعتر شروع شود. چون مفصل شانه در اثر عدم استفاده، سفت می شود و دامنه حرکتی آن محدود می گردد. بنابراین بیمار باید با صلاح دید پزشک معالج، ورزشهای پاندولی شانه را آغاز کند.
- برای شروع ورزشهای سنگین باید چند ماه صبر کنید تا مدت زمان درمان کامل شود.
- مختصری درد، سفتی و محدودیت دامنه حرکتی مفصل شانه ممکن است تا 6 ماه و حتی بیشتر در شکستگی که عمل نشده و با بانداز ولبو ثابت شده اتفاق بیافتد که ورزش باید بعد از یک دوره بی حرکتی و با نظر پزشک آغاز شود.



- انگشت شصت را به داخل و خارج حرکت دهید.
- از مصرف دخانیات مثل سیگار و قلیان توسط خود بیمار و یا اطرافیان پرهیز شود. استفاده از دخانیات و سیگار ، جوش خوردگی را به تاخیر می اندازد.
- برای حمایت و بی حرکت کردن بازو آن را با استفاده از پارچه و نوار از گردن آویزان می کنند و به تنه می بندند.



دانشگاه علوم پزشکی مشهد

بیمارستان ولیعصر (عج) شهرستان بردسکن

شکستگی استخوان بازو

(ویژه ی بیمار و خانواده)



تهیه: خرداد ۱۴۰۱ بازنگری: ۱۴۰۳

شماره سند: EDU/255/1401/FX.A

شماره تماس: ۰۵۱ ۵۵۴۲۲۴۰۱ - ارتوپدی ۱۰۶

واحد آموزش سلامت



عفونت استخوان بیشتر در شکستگی های باز تنه استخوان بازو دیده میشود .
احتمال عفونت در بیمارانی که برای درمان شکستگی جراحی شده اند بیش از بیمارانی است که برای درمان آنها از روش های غیر جراحی استفاده شده است .
علائم عفونت معمولاً بصورت قرمزی و تورم بازو و بعد از مدتی خروج ترشحات چرکی از محل عمل است .

رژیم غذایی حاوی کلسیم
مثل استفاده از شیر و
لبنیات درجوش خوردن
استخوان کمک کننده
است .

منبع:

<https://www3.utdos.ir/contents/search/> (upto date)

- از دست سالم خود جهت کارهای روزمره
- استفاده کنید. هنگام خواب دست مصدوم روی
- یک بالش یا بالشت قرار گیرد.

عوارض شکستگی بازو:

- آسیب به اعصاب دست
- جوش نخوردن شکستگی استخوان
- بدجوش خوردن استخوان
- عفونت استخوان

فیزیو تراپی:

زمانی که دست شما بی حرکت می شود، احتمال کاهش قدرت عضلانی و ازدست دادن دامنه ی حرکتی شانه وجود دارد.

پزشک یا فیزیوتراپیست شما، در مورد زمان شروع تمرینات ورزشی بازو به شما اطلاعاتی را ارائه خواهند داد . این تمرینات در ابتدا با کمک فیزیوتراپیست بوده و سپس خود فرد می تواند آن ها را به تنهایی انجام دهد .
همچنین شدت این تمرینات به مرور زمان با نظر فیزیوتراپ و پزشک افزای پیدا می کند .