



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی تبریز

مرکز آموزشی درمانی شهدا

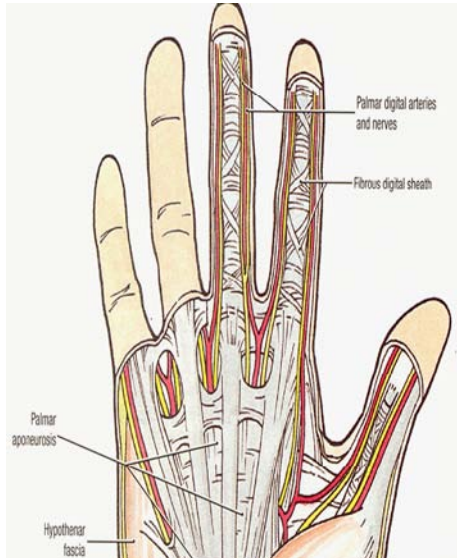
در زمان گفته شده برای معاینه مجدد و ارزیابی روند بهبودی بیماری به درمانگاه مراجعه شود.

در مرحله دوم بجای گچ میتوان از بریس استفاده کرد تا امکان استحمام نیز وجود داشته باشد. خم کردن مچ پا پیش از دستور پزشک موجب پارگی محل ترمیم شده میشود.

مواردی که باید فوراً به پزشک مراجعه کنید

درجه حرارت بالای بدن (دمای بالاتر از ۳۸/۵ درجه سانتی گراد) و بوی بد پانسمان و درد و ورم عضو و هر گونه ترشحاتی از زخم .
برای انجام فرائض دینی (گرفتن وضوی جبیره و ...) به رساله توضیح المسائل مراجعه کنید.

آسیبهای تاندونی



تصویر تاندون های پشت دست



تصویر پاشنه پا با بریدگی تاندون آشیل

پارگی تاندون آشیل

تاندون وصل کننده عضله پشت ساق پا به استخوان پاشنه پا **علائم پارگی شامل** : ایجاد صدا در پشت پا، درد، تورم، خونریزی زیر پوستی، احساس درد به هنگام لمس محل پارگی می باشد. نکته قابل توجه اینکه تعدادی از بیماران با توجه به اینکه دچار پارگی تاندون آشیل شده اند بعلت سالم بودن عضلات دیگر ، قادرند مچ پای خود را به سمت پایین خم کنند.

مراقبت بعد از عمل

بیمار اجازه راه رفتن و یا قرار دادن وزن بدن بر روی پای عمل شده و خم کردن مچ پا به سمت پایین را ، بلافاصله بعد از عمل ندارد.

بخیه ها در صورتیکه زخم کاملاً ترمیم شده باشد معمولاً پس از ۱۰ الی ۱۴ روز برداشته شده و مجدداً پانسمان استریل بر روی آن گذاشته شده و قالب پنجره روی گچ پا قرار داده می شود و بیمار **اجازه ندارد** تا مدت ۴ هفته روی پای عمل شده راه رفته و یا وزن خود را روی آن قرار دهد.

تهیه و تنظیم

عادل شکرزاده - همت خدایی
کمیته آموزش به بیمار

پاییز ۱۳۹۰

تاندون: یک عضو طنابی شکل سفید از بافت فیبری که عضلات را به سایر قسمت های بدن مثل استخوان متصل میکند و باعث حرکت اندام های متصل شونده میشود. تاندونها باعث باز و بسته کردن انگشتان دست یا پا میشوند.

پارگی تاندون

پارگی تاندون از آسیب های شایع نزد کارگران کارخانه ها و زنان خانه دار میباشد و نیازمند مراقبت دقیق برای بازگرداندن حرکت طبیعی عضو آسیب دیده در طی دوره درمان است. بیشتر آسیب ها در ناحیه دست و انگشتان پا و پاشنه پا (آسیب تاندون اشیل) میباشد. وقتی تاندونی به هر علتی پاره و یا آسیب جدی ببیند، به سمت عقب کشیده میشود و باید آن را با جراحی ترمیم نمود تا اندام، حرکت و عملکرد طبیعی خود را بدست آورد.

مراقبت قبل از عمل

- حداقل ۸ ساعت قبل از عمل ناشتا بمانید.
- قبل از عمل دندان مصنوعی و لوازم زینتی مثل انگشتر را خارج نمایید.
- مصرف سیگار را قبل و بعد از عمل حتما قطع کنید.
- بیمارانیکه داروهای خاصی مثل ضد فشارخون یا ضد تشنج یا ضد نارسایی قلب مصرف میکنند باید پزشک معالج خود را مطلع سازند.

- ممکن است که پزشک قبل از عمل مشاوره یا درخواست آزمایش کند که باید تا موقع عمل آماده شود.

مراقبت بعد از عمل

- بالا نگه داشتن عضو بگونه ای که بالاتر از سطح قلب قرار گیرد (بالا نگه داشتن عضو باعث کاهش تورم عضو و کم شدن درد و تسریع بهبودی زخم میشود).
- انگشتان را از نظر حس و رنگ طبیعی و خونریزی کنترل کنید و موارد غیر طبیعی را اطلاع دهید.
در صورت خون ریزی و درد و تورم غیر قابل کنترل به تیم درمانی اطلاع دهید.
- داروهای تجویز شده را به موقع و سر ساعت مصرف کنید.
- در صورت داشتن آتل گچی، آتل نباید زیاد سفت یا شل باشد، آتل را تمیز نگهدارید و از خیس شدن آن جلوگیری کنید.
- در صورتیکه جراحی ترمیم عصب یا تاندون داشتید تعویض پانسمان باید با نظر پزشک و توسط فرد مجرب انجام شود.
- حرکت دادن عضو آسیب دیده فقط با نظر پزشک معالج و زیر نظر او انجام میشود و محدوده مجاز حرکت عضو را پزشک تعیین میکند

- در مواردی مانند پارگی تاندون های عمقی کف دست، پزشک معالج برای جلوگیری از چسبندگی تاندونی، فیزیوتراپی انگشتان دست را با استفاده از سنجاق و کش قیطانی شروع و آموزشهای لازم را به بیمار میدهد که بیمار باید با توجه فراوان این آموزشها را فرا گیرد.
- برای پیشگیری از پارگی مجدد و یا چسبندگی تاندونی نواحی ترمیم شده عصب یا تاندون و برای بازگشت حرکات طبیعی عضو توجه به توصیه های پزشک و فیزیوتراپ اهمیت دارد.
معمولا آتل گچی در ترمیم تاندون، در حدود ۴-۶ هفته باقی میماند و در طی این مدت اندام باید بدون حرکت در داخل آتل بماند.

توصیه های مهم

آتل را خشک و تمیز نگهدارید و از دستکاری آن بپرهیزید و پانسمان را در داخل آتل نگه دارید.
هر گونه بوی بد یا ترشح باید اطلاع داده شود.
برای کنترل و ارزیابی و پیشرفت بهبودی زخم در زمان تعیین شده به پزشک معالج خود مراجعه کنید.
در صورت توصیه پزشک معالج برای تعویض پانسمان این کار باید توسط فرد مجرب انجام و آتل مجددا بصورت اولیه بسته شود.
برای کمک به ترمیم زخم از غذاهای پر پروتئین، میوه، سبزیجات و مایعات فراوان استفاده نمایید.