

شکستگی گردن استخوان بازو

شماره پرونده:		
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: ☐ زن ☐ مرد	تشخیص (علت بستری):
تاریخ پذیرش:		
بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:		
مراقبت در منزل: - جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبرمانند میوه‌ها، سبزیجات و مایعات فراوان استفاده کنید. - مصرف سبزیجات و مرکبات و آب میوه های تازه حاوی ویتامین سی ، می تواند به بهبود سریعتر زخم کمک کند. - از مصرف موادی که موجب دفع کلسیم از ادرار می شود مانند مواد کافئین دار (قهوه و نوشابه)، مشروبات الکلی و گوشت قرمز خودداری کنید. - سعی کنید هر چه سریع تر از تخت خارج شوید. - از انجام ورزش های سنگین و ورزش هایی که احتمال ضربه به محل شکستگی یا سقوط وجود دارد 10 تا 14 هفته خودداری کنید. - با اجازه پزشک می توانید ورزش های سبک مانند پیاده روی انجام دهید. - برای جلوگیری از ورم انگشتان دست آن ها را گاهی تکان دهید. - عضلات مفاصل مبتلا را بدون حرکت دادن مفاصل بطور مرتب منقبض و منبسط کنید تا جریان خون در عضو بهبود یافته و از لخته شدن خون و تورم اندام جلوگیری و مانع لاغر شدن عضلات شود. - اگر زخمی دارید که نیاز به پانسمان دارد آن را به روش استریل و در مراکز درمانی و توسط افراد آگاه تعویض کنید. - آنتی بیوتیک های تجویز شده را کامل و در فواصل منظم مصرف کنید و از قطع خودسرانه آن اجتناب کنید. - مفصل شانه در اثر عدم استفاده، سفت می شود و دامنه حرکتی آن محدود می گردد. بنابراین باید هر چه زودتر و با نظر پزشک ورزش های پاندولی شانه را آغاز کنید. به این صورت که به طرف جلو خم شده و اجازه دهید که بازوی آسیب دیده حول محورش بچرخد و از بدن دور شود. - مختصری درد، سفتی و محدودیت دامنه حرکتی مفصل شانه ممکن است تا 6 ماه و حتی بیشتر ادامه یابد. در صورت انجام عمل جراحی و وجود زخم با مشاهده علائم زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - درد شدید در اندام های صدمه دیده که با ضد دردهای معمولی تسکین نیابد. - گزگز و مور مور انتهای اندام مبتلا - سردی، رنگ پریدگی و یا کبودی انگشتان در انتهای عضو - افزایش ورم انگشتان دست - درد و قرمزی در محل زخم - ترشح چرکی از زخم - تب و لرز - بی اشتها - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی		