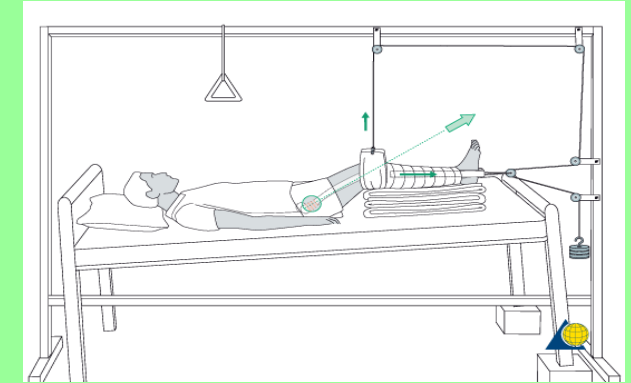


از کشش جهت جا انداختن و بی حرکت کردن شکستگی ها، به حداقل رساندن گرفتگی عضلات استفاده می شود. دو نوع کشش مورد استفاده، کشش پوستی و کشش استخوانی است.



کشش پوستی:

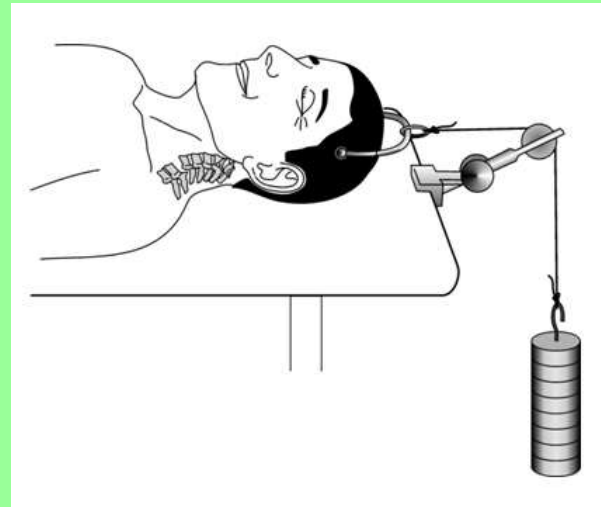
عمدتاً برای درمان های کوتاه مدت به کار می برد. وزنه کشش حدود 2 تا 5 کیلوگرم است. در این کشش، نیروی وزنه به پوست منتقل می شود سپس از طریق پوست به عضلات و سپس استخوان انتقال می یابد.

کشش استخوانی:

مستقیماً نیروی وزنه به استخوان منتقل می شود جهت ایجاد کشش استخوانی، با بی حسی موضعی، میله هایی را وارد استخوان می کنند میله های وارد شده با عبور از استخوان، از پوست طرف مقابل خارج می گردند.

اقدامات:

❖ کشش باید به طور مداوم باشد تا در جا اندازی و بی حرکت کردن محل شکستگی مفید واقع شود ولی کشش لگنی و کشش گردنی را می توان طبق دستور پزشک متناوب به کار برد.



❖ هنگام اعمال کشش، باید در وسط تخت قرار بگیرید و به پشت بخوابید و پاها و تنه در یک راستا باشد.

❖ تراکشن پوستی را در پوست های نرمال هر سه روز یکبار و در پوست های هر سه روز یکبار و در پوست های حساس یک روز در میان به علت ایجاد قرمزی، حساسیت و خارش تعویض کنید.

❖ در تراکشن پوستی به علت ایجاد حساسیت و احتمال پارگی پوست حتماً از باند در زیر چسب کشش استفاده شود.

❖ وزنه ها باید به طور آزاد آویزان باشد و نباید به تخت یا زمین تکیه داشته باشد. هر عاملی که ممکن است مقدار کشش موثر را کاهش داده مثل بالا آوردن سر به مدت طولانی باید برطرف شود.

❖ طناب ها باید مستقیم و بدون گره خوردگی بوده و از روی قرقره ها در نرفته باشد.

❖ به دلیل استراحت طولانی مدت در بستر بهتر است از تشک مواج استفاده شود.

❖ ملحفه ها باید بدون چروک و خشک نگه داری شوند.

❖ پوست را مرتب چک کنید و کمک کنید با بلند کردن بدن خود، همراهتان، پشت و نواحی برجسته استخوانی را ماساژ دهند.

❖ پوست اطراف محل ورود و خروج میله ها را روزانه با سرم نمکی شستشو داده و تمیز و خشک نگه دارید و با گاز استریل پانسمان نمایید.

❖ وجود ترشح شفاف آبکی از اطراف میله ها طبیعی است اما در صورت مشاهده ترشح زردرنگ و تورم ناحیه، قرمزی به پزشک مراجعه کنید.

❖ جهت جلوگیری از جابجا شدن قطعات شکسته، از پهلوی به پهلوی شدن پرهیز کنید.

❖ جهت خروج خلط از ریه، تنفس عمیق و سرفه انجام دهید.

❖ تمام اندام های سالم را ورزش دهید تا ضعیف نشوند.

❖ جهت پیشگیری از ضعیف شدن عضلات دارای کشش، هر ساعت یک بار این عضلات را 5 تا 10 ثانیه منقبض و سپس شل کنید و انگشتان پا را خم و راست کنید. در صورتی که قادر به تکان دادن انگشتان پا نباشید به پزشک اطلاع دهید.

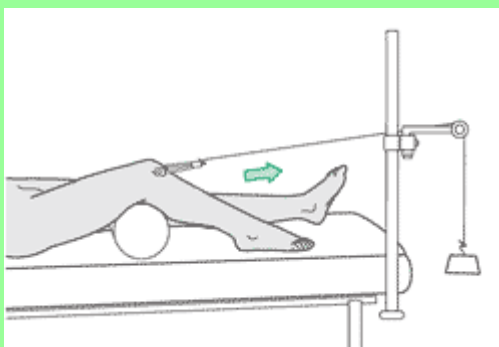
❖ به دلیل این که در تخت ادرار می کنید، امکان تخلیه کامل مثانه وجود ندارد بنابراین سعی کنید هر 2 الی 3 ساعت یکبار ادرار کنید.

❖ به دلیل بی حرکتی، احتمال یبوست و بی اشتهازی زیاد است بنابراین از غذاهای حاوی فیبر از جمله سبزیجات- میوه های تازه- غلات- آلو و مایعات فراوان استفاده کنید.



مرکز آموزشی درمانی امین

خود مراقبتی در کشش ها



شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	خود مراقبتی در کشش ها
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت
تأیید کننده علمی	آقای دکتر فولادی
سمت	مدیر گروه ارتوپدی
تاریخ تهیه	1402
کد پمفلت	PE-SER-20

منابع:

سایت ویکیپدیا- برونر و سودارث 2018

جهت استفاده از مطالب آموزشی به سایت بیمارستان مراجعه

نمایید. www.amin.mui.ac.ir



❖ چرک خشک کن های تجویز شده توسط پزشک معالج را سر ساعت مصرف کنید.

❖ جهت ساکت کردن درد از مسکن های تجویز شده توسط پزشک استفاده کنید و از حرکت های ناگهانی پرهیز کنید.

در صورت بروز علائم زیر حتماً به پزشک مراجعه کنید:

- تورم در بالا و پایین شکستگی
- تب و لرز
- تنگی نفس
- افزایش دردی که با داروهای ضد درد ساکت نمی شود.
- تورم - قرمزی و ترشحات اطراف پین
- تورم و درد قابل توجه ساق پا

جهت بهبودی استخوان های شکسته دخیانیات را کنار بگذارید و مصرف الکل را قطع کنید.