

شکستگی آرنج



قسمت های تشکیل دهنده آرنج:

آرنج مفصلی متشکل از انتهای سه استخوان است و مانند یک لولا خم و راست می شود. این مفصل همچنین برای چرخیدن ساعد دارای اهمیت است.

شکستگی آرنج چه علائم و نشانه هایی دارد؟

درد ناگهانی و شدید

حساسیت به لمس

بی حس شدن یک یا چند انگشت

احساس درد در هنگام حرکت دادن مفصل

ناتوانی در صاف کردن آرنج

تورم در ناحیه شکستگی آرنج دست

کیبودی اطراف آرنج

روش های درمان شکستگی آرنج:

در اورژانس ، پزشک شکستگی آرنج را با کمپرس یخ ، داروی مسکن و یک آتل یا گچ و همچنین جهت ثابت نگه داشتن با بستن یک باند دور گردن درمان میکند.

به علاوه، نیاز یا عدم نیاز شکستگی به عمل جراحی مشخص می شود. البته همه شکستگی ها به جراحی نیاز ندارند.



درمان بدون جراحی:

در بعضی شکستگی ها تنها به یک آتل و یک باند نیاز است تا در طول فرآیند بهبودی آرنج ثابت نگه داشته شود. پزشک بهبودی شکستگی را به طور مداوم تحت نظر دارد و از فرد می خواهد که چند دفعه دیگر برای گرفتن عکس رادیولوژی به کلینیک مراجعه کند.

اگر پزشک پس از چند هفته مشاهده کند که هیچ قطعه استخوانی جا به جا نشده است، به فرد اجازه خواهد داد که به آرامی آرنجش را حرکت دهد. البته ممکن است برای این کار مراجعه به فیزیوتراپ نیاز باشد. گاهی امکان دارد که برای درمان غیر جراحی شکستگی آرنج ، نیاز به استفاده طولانی از گچ یا آتل باشد.

گاهی اوقات هم بعد از برداشتن گچ، آرنج بسیار سفت شده و برای بازیابی توانایی حرکت دادن آن به یک دوره فیزیوتراپی نیاز خواهد بود که در بعضی از موارد از زمان استفاده از گچ نیز طولانی تر است.

اگر شکستگی جابجایی داشته باشد، ممکن است برای برگرداندن استخوان ها به وضعیت صحیح به عمل جراحی نیاز باشد.



دانشکده علوم پزشکی ساوه



شکستگی آرنج

گروه آموزش سلامت



آدرس: خیابان مطهری-میدان مدرس-بلوار
پرستار، مجتمع بیمارستانی شهدای ۱۷ شهریور
وشهید مدرس

تلفن: ۲۹-۴۲۲۲۳۰۲۶-۰۸۶ داخلی ۳۴۰

فیزیوتراپی و تقویت:

پس از شکستگی آرنج، درد و ورم ایجاد شده در اطراف آرنج ممکن است باعث ایجاد مشکل برای استفاده از دست شود.

علاوه بر این ممکن است نیاز به استفاده از باند محافظ داشته باشید.

به همین خاطر استفاده از آرنج، مچ و دست دچار محدودیت شود.

اگر برای درمان بیمار از عمل جراحی استفاده شده باشد، عضلات اطراف محل ایجاد شکاف برای جراحی ممکن است به

زمان برای ترمیم نیاز داشته باشند. ناتوانی در حرکت دادن دست می تواند بر کاهش قدرت عضلات آرنج، شانه و مچ تاثیر داشته باشند.

به این ترتیب متخصص فیزیوتراپی می تواند برای انجام تمرین های تقویتی آرنج و شانه به شما آموزش می دهد و انجام تمرینهایی را به شما توصیه می کند که منجر به بهبود قدرت عضلات مچ و دست می شود و در نهایت می توانید به کارایی قبل برسید.

علاوه بر این در صورتی که شما از باند محافظ برای ترمیم شکستگی استفاده می کنید، متخصص فیزیوتراپی می تواند به شما در ارتباط با نحوه استفاده صحیح از این ابزار آموزش لازم را ارائه نماید.

نکات خود مراقبتی:

پس از جراحی آرنج به مدت کوتاهی دست شما در آتل یا گچ قرار می گیرد. شما می توانید جهت احساس راحتی، دست آسیب دیده را با باند از گردن خود آویزان کنید.

برای کشیدن بخیه ۱۰ تا ۱۴۰ روز بعد از عمل به پزشک مراجعه نمایید.

حداقل به مدت شش هفته از بلند کردن اجسام سنگین با دست آسیب دیده بپرهیزید. تمرینات حرکتی برای آرنج و ساعد باید کمی پس از عمل جراحی آغاز شوند، گاهی اوقات انجام این تمرینات روز بعد از عمل شروع می شود.

در صورت وجود پانسمان، حتما آترا به روش استریل تعویض نمایید. در صورت وجود درد، ترشح، قرمزی، تورم و تب بلافاصله به پزشک مراجعه نمایید.

در صورت وجود درد شدید که با مسکن بر طرف نشود و با حرکات دست بیشتر شود و وجود تورم خیلی زیاد و بی حسی در انگشتان دست بلافاصله به پزشک مراجعه فرمایید.