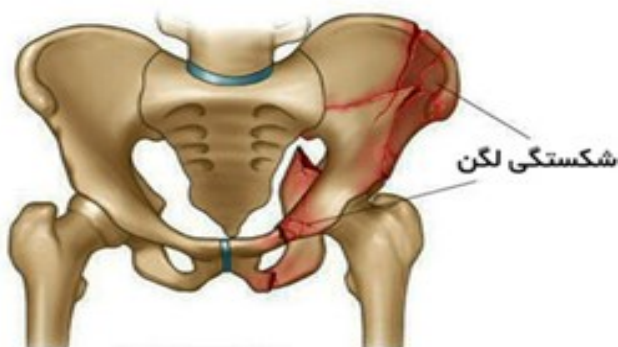




مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی

عنوان: شکستگی لگن



تهیه و تنظیم: واحد آموزش سلامت

کد سند: ۰۰۷

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۰/۰۸/۰۱

شماره بازنگری: ۱۴۰۲/۰۸/۰۱

عنوان سند: پمفلت آموزش به بیمار

در صورتیکه بیحرکت باشید و در انجام حرکات

فیزیوتراپی همکار نکنید دچار:

○ **لخته خونی در پاها و یا در ریه ها**

○ **زخم بستر**

○ **عفونت دستگاه ادراری**

○ **عفونت ریه ها** می شوید

ابتدای گشت خود را روشن
کنید و جهت دیدن مطالب بیشتر
این کد را با دوربین گوشی اسکن
نمایید.



منبع علمی:

1. [https://www3.utdos.ir/contents/search\(upto date\)](https://www3.utdos.ir/contents/search(upto date))

جهت پیگیری و سوالات خود می توانید با کلینیک
خود مراقبتی به شماره ۳۵۴۲۳۹۷۰ داخلی ۲۷۷
تماس حاصل نمایید.

شکستگی لگن چه مدت طول می کشد تا بهبود یابد؟

بسته به نوع شکستگی، بهبودی شکستگی لگن معمولاً ماه ها طول می کشد.

زمان بهبودی نیز به شخص بستگی دارد. کودکان سالم معمولاً خیلی سریعتر از بزرگسالان مسن یا بزرگسالان با سایر مشکلات پزشکی بهبود می یابند.

آیا می توانم برای بهبود روند بهبودی کاری انجام دهم؟

بله. رعایت کلیه دستورات پزشک در هنگام بهبودی شکستگی مهم است.

○ یک رژیم غذایی سالم داشته باشید که شامل دریافت کافی کلسیم، ویتامین D و پروتئین باشد.

○ سیگار را ترک کنید. در صورت سیگار کشیدن بهبود شکستگی طولانی تر می شود.

○ پروتئین ها را میتوان از منابع گیاهی مانند غلات و حبوبات تامین کرد. لبنیات و گوشت هم از منابع مهم پروتئین هستند.

○ درانجام ورزشهای توصیه شده توسط پزشک و فیزیوتراپ همکاری کنید.

○ در صورت اجازه پزشک معالجتان راه رفتن با واکر را هر چه سریعتر شروع کنید.

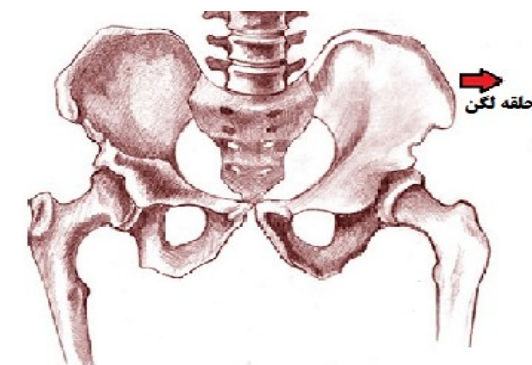
○ به علائم عفونت محل عمل (قرمزی، ترشح بدبو، تب، درد) توجه کنید

شکستگی لگن

یک آسیب جدی است که عوارض آن ، می تواند تهدید کننده زندگی باشد. خطر شکستگی لگن با افزایش سن افزایش می یابد.

علتهای شکستگی لگن

- شکستگی لگن در سنین بالا به علت : پوکی استخوان و در نتیجه ضعیف شدن استخوان، به راحتی و با ضربه کمی و معمولاً بدنبال زمین خوردن ایجاد می شود.
- شکستگی لگن در جوان ها ، معمولاً بدنبال ضربات شدید تر مانند: تصادف اتومبیل و یا سقوط از ارتفاع ایجاد می شود .



تشخیص :

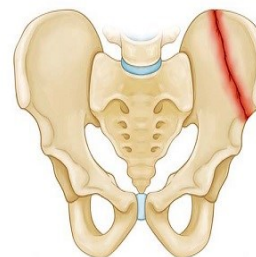
از طریق انجام رادیوگرافی یا سی تی اسکن و یا ام آر آی از حفره لگن انجام می شود

انواع شکستگی لگن

شکستگی لگن انواع مختلفی دارد که بستگی به بخشی از لگن دارد که شکسته می شود.



شکستگی ناپایدار لگن



شکستگی پایدار لگن

علائم شکستگی لگن می تواند شامل موارد زیر باشد:

- درد، کبودی یا ورم
- هنگام راه رفتن مشکل در راه رفتن یا درد دارید
- ضعف یا از دست دادن احساس در پاها
- درد در ناحیه ران و یا دردی که در محل زانو ها احساس می شود
- درد در ناحیه پایین کمر
- چرخش پا در یک زاویه غیر عادی که باعث کوتاه تر به نظر رسیدن پاها می شود.

شکستگی لگن چگونه درمان می شود؟

درمان به نوع شکستگی لگن و شدت آن بستگی دارد.

شکستگی خفیف لگن معمولاً با موارد زیر درمان می شود:

- استراحت
- قرار ندادن وزن بدن بر روی استخوان های آسیب دیده
- استفاده از کمپرس سرد در محل آسیب دیده
- عصا یا واکر برای کمک به راه رفتن
- استفاده از مسکن طبق دستور پزشک

شکستگی شدید لگن معمولاً با موارد زیر درمان می شود:

- بلافاصله پس از آسیب دیدگی ، معمولاً با قرار دادن کشش یا ابزار اتصال دهنده دیگر در اطراف لگن ، شکستگی شدید لگن را ثابت میکنند .
- سپس شکستگی شدید لگن با جراحی برای بازگشت لگن در موقعیت صحیح درمان می شود.