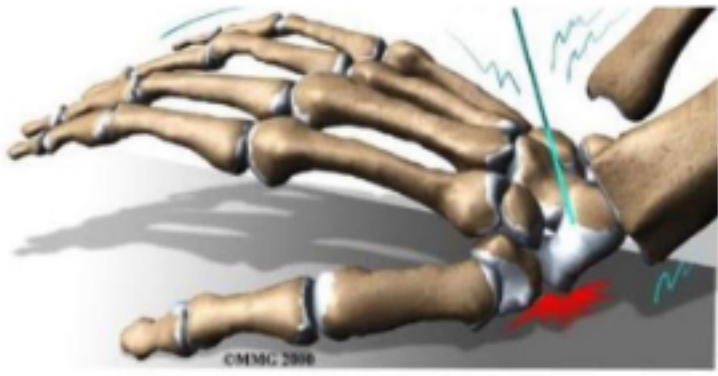




وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
سازمان تحقیقات، آموزش و ترویج پزشکی

بیمارستان برکت امام خمینی میانه

شکستگی استخوان‌های مچ دست



تهیه و تنظیم: فاطمه صفری

کارشناس پرستاری

منبع: بروزر سودرات ۲۰۱۸

سال تهیه ۱۳۹۷

سال بازنگری ۱۳۹۹

Barekat-Nc/c-Pam

واحد آموزش سلامت

بعدی آغاز کنید. فیزیوتراپی می‌تواند باعث بهبود و احیای مفصل در طول بی‌حرکی شود.

مراقبت‌های پرستاری

- قسمت انتهایی اندام از نظر تورم، رنگ پوست، پرشدگی مویزهای بستر ناخن مشاهده و با دست سالم مقایسه شود.

- چک عملکرد حسی عصب مدیان (نام یکی از عصبهای دست می‌باشد) با تحریک نوک انگشت سبابه بررسی شده و عملکرد حرکتی آن از طریق امتحان توانایی رساندن انگشت شست به انگشت کوچک بررسی و ارزیابی کامل گردد.

- در صورت اختلال در خونرسانی و عملکرد اعصاب، فوراً به پزشک گزارش شود.

- حرکات فعالانه انگشتان و شانه بایستی بلافاصله شروع شود.

- در مواقع بیداری حد اقل ۱۰ بار در ساعت انگشتان دست باز و بسته شوند.

- ورزش‌های شانه و آرنج به خصوص ورزش‌های مربوط به دامنه‌ی حرکتی فعالانه انجام شوند.

- زمان لازم برای جوش خوردن حدود ۶ هفته می‌باشد.

گاهی اوقات شکستگی استخوان مچ دست، بعد از این مدت بطور کامل جوش نخورده و پزشک معالج مچ دست را مدت بیشتری بی‌حرکت می‌کند.

در مواردی که شکستگی استخوان مچ دست (اسکافوئید) همراه با جابجایی باشد درمان آن بصورت جراحی اندازی و استفاده از پیچ برای بی‌حرکت کردن قطعات شکسته است.

درمان فیزیوتراپی

درمان‌های فیزیوتراپی بعد از اینکه بی‌حرکتی مفصل به اتمام رسیده، انجام می‌شود. هدف این درمان‌ها کاهش درد و تورم در مچ دست و انگشتان، افزایش تحرک و استقامت و بازگشت عملکرد طبیعی به مفصل است. این درمان‌ها شامل موارد زیر است:

- به کار بردن یخ، حمام متناوب با آب گرم و آب یخ برای درمان درد مچ دست و کاهش تورم که بر اثر جریان ضعیف خون در مفصل آسیب دیده ایجاد می‌شود.

- استفاده از یک دستگاه الکتریکی بنام TENS

- درمان‌های دستی (کشش‌های غیرفعال، انقباض و آزاد کردن مفصل).

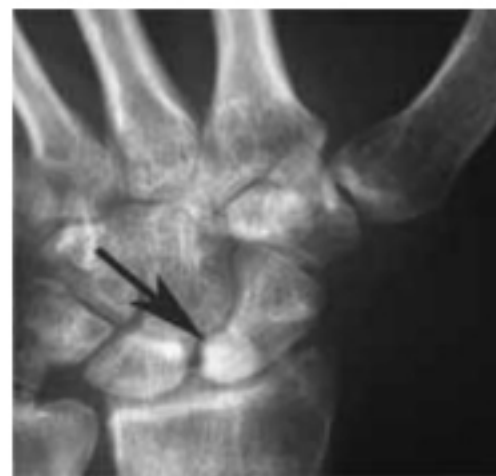
- آموزش صحیح انجام تمرینات کاربردی برای انجام فعالیت‌های روزمره مثل درآوردن تی شرت، شانه کردن موها و غیره.

- آموزش برنامه تمرینات خانگی به بیماران برای انجام این تمرینات در خانه برای جلوگیری از ایجاد مشکلات بعدی.

بسیار مهم است که تمرینات فیزیوتراپی را تا جایی که امکان دارد بلافاصله بعد از بی‌حرکتی، جهت جلوگیری از سختی مچ دست و انگشتان و جلوگیری از ایجاد مشکلات

در بسیاری اوقات، بعد از رادیوگرافی هم ممکن است تشخیص شکستگی داده نشود و به نظر برسد استخوان سالم است.

علت این وضعیت، شکل خاص این استخوان است که تشخیص شکستگی را مشکل می‌کند. همچنین در بسیاری اوقات شکستگی کاملاً بدون جابجایی است و در عکس رادیوگرافی ساده دیده نمی‌شود. بنابراین هر بیماری که بدنبال ضربه دچار درد در مچ دست است و حرکات مچ دستش دردناک است باید رادیوگرافی مچ دست از زوایای مختلف تهیه شود.



در مواردی که پزشک مشکوک به وجود این شکستگی بوده ولی در رادیوگرافی نکته غیر طبیعی دیده نمی‌شود، دست بیمار از کف دست تا آرنج گچ گرفته می‌شود و پس از دو هفته گچ خارج شده و مجدداً از ناحیه مچ دست عکس برداری می‌شود.

مچ دست انسان از ۸ استخوان کوچک تشکیل شده است که یکی از آنها استخوان اسکافوئید یا ناوی است. از بین استخوان‌های مچ دست، استخوان اسکافوئید یا ناوی، شایع‌ترین استخوانی است که دچار شکستگی می‌شود. محل این استخوان، در محل اتصال مچ دست به ساعد و در قاعده شست دست است.



این شکستگی در جوانان شایع است و در بچه‌ها و افراد مسن کمتر دیده می‌شود. مکانیسم ایجاد این شکستگی افتادن بر روی کف دست، حین زمین خوردن است. شکستگی این استخوان معمولاً بدون جابجایی است.

علائم شکستگی

بیمار از درد مچ دست شاکی است و حرکات مچ دست دچار محدودیت می‌شود. شکستگی استخوان ناوی در بسیاری اوقات از نظر مخفی مانده و تشخیص داده نمی‌شود. در بسیاری اوقات، درد مچ کم بوده و فرد می‌تواند فعالیت‌های روزمره خود را با کمی درد ادامه دهد و درد را به حساب یک رگ به رگ شدن گذاشته و به پزشک مراجعه نمی‌کند. حتی



انگشت شست بجز بند آخر آن، در گچ بی‌حرکت می‌شود. این گچ در قسمت بالا ممکن است تا ناحیه آرنج یا تا بالای بازو ادامه یابد. دست به مدت ۳-۲ ماه در گچ می‌ماند.