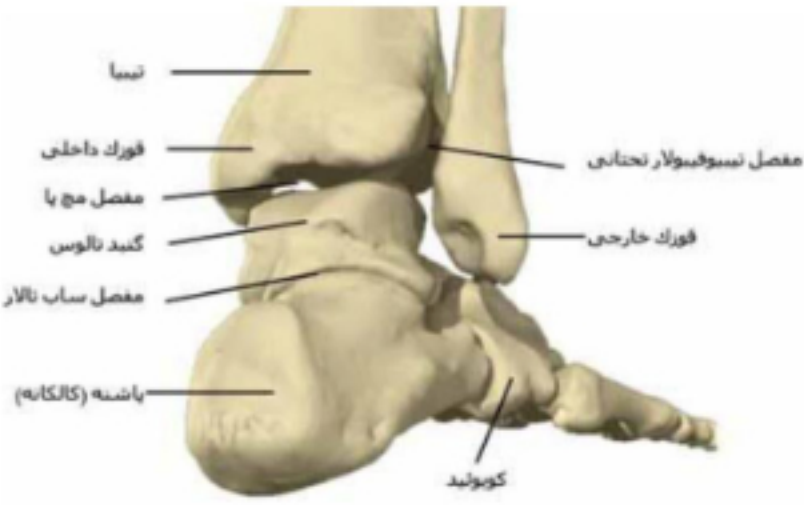




وزارت بهداشت و آموزش پزشکی

بیمارستان برکت امام خمینی میانه

## شکستگی قوزک پا



### تهیه و تنظیم: فاطمه صفری

### کارشناس پرستاری

### منبع: برونر سودرث ۲۰۱۸

### سال تهیه ۱۳۹۷

### سال بازنگری ۱۳۹۹

### Barekat-Nc/c-Pam

### واحد آموزش سلامت

شخصی، شستشوی مناسب و خشک کردن آن پس از هر بار استفاده و قرار دادن ظروف در جایگاه مخصوص ( فضای خالی قسمت پایین هر کمد ).

۴- تمیز و مرتب نگه داشتن فضای اطراف خود و جلوگیری از قراردادن هرگونه وسیله ی شخصی مستقیماً روی زمین.

۵- استفاده از میز غذا هنگام صرف غذا و عدم استفاده از ظرف غذا مستقیماً بر روی تخت.

۶- در صورت عدم استفاده از غذا در زمان مقرر، مواد غذایی را در یخچال بخش قرار دهید.

۷- از دستکاری زخم پرهیز نموده و در صورت بروز هرگونه مشکل پرستار بخش را مطلع نمایید.

۸- جهت دفع ظروف غذا، جعبه ی شیرینی، باقیمانده ی مواد غذایی و سایر زباله های غیر عفونی از سطل زرد استفاده نکنید.

۹- عدم استعمال دخانیات در بیمارستان به منظور بهبود هر چه سریع تر بیماری و جلوگیری از آلودگی هوا.

۱۰- از آوردن پتو، بالش و هرگونه زیر انداز خودداری.

۱۱- در زمان بستری در بخش با صدای آرام صحبت کنید تا باعث مزاحمت دیگران نشوید.

پس بسیار اهمیت دارد که بیماری که تحت درمان غیر جراحی است به طور مکرر و به صورت هفتگی تا وقتی که پزشک معالج مشخص می کند به وی مراجعه کند.

عوارضی مثل عفونت، خونریزی، درد، لخته شدن خون در رگهای ساق پا و آسیب به عروق و اعصاب ناحیه ی ساق پا هم می توانند از دیگر عوارض این شکستگی و به خصوص درمان جراحی آن باشند.

جوش نخوردن شکستگی یا بدجوش خوردن شکستگی و استئوآرتریت (التهاب استخوان و مفاصل) هم ممکن است از دیگر عوارض این شکستگی ها باشند.

### مراقبت پرستاری

بالا نگه داشتن ناحیه ی فوق برای جلوگیری از ادم یا تورم، استفاده از داروهای تجویز شده برای کاهش عفونت و درد، راه نرفتن روی پای عمل شده برای جوش خوردگی سریع تر و بهتر از مواردی است که باید در نظر گرفته شوند.

\*\*\*\*\*

### نکات بهداشتی درمانی پیشگیرانه مهمی که بیماران در

#### طول بستری در این بخش بایستی رعایت کنند:

۱- شستن به موقع دستها با آب و صابون بعد از استفاده از سرویس بهداشتی، قبل از صرف غذا و در صورت مشاهده هرگونه آلودگی واضح در دست ها.

۲- رعایت بهداشت فردی، شستشوی به موقع سر و بدن برای جلوگیری از ایجاد بوی نامطبوع در بدن.

۳- استفاده از ظروف مربوط به ادرار و مدفوع به صورت

حساسیت محل به لمس و فشار، عدم توانایی بیمار در وزن گذاشتن روی پای مبتلا و تغییر شکل ظاهری است.

### تشخیص شکستگی مچ پا

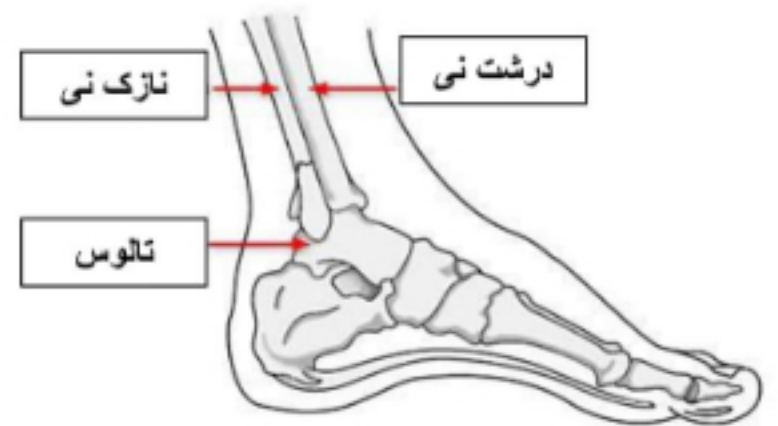
مهمترین ابزار برای تشخیص این شکستگی استفاده از رادیوگرافی ساده است. پزشک معالج ممکن است از سی تی اسکن یا ام آر آی هم برای کمک به تشخیص یا برنامه ریزی برای درمان استفاده کند.

### درمان شکستگی قوزک خارجی

درمان شکستگی های مچ پا بسته به محل شکستگی متفاوت است. اگر شکستگی جابجایی نداشته باشد و مچ پا پایدار باشد ( به این معنی که آسیب رباطی جدی که موجب ناپایداری مچ پا شود وجود نداشته باشد، پزشک معالج ممکن است برای تشخیص پایداری مفصل مچ پا از نوع بخصوصی از رادیوگرافی به نام رادیوگرافی استرسی استفاده کند که در آن از مچ پا در وضعیت های بخصوصی عکسبرداری می شود) برای درمان، معمولاً مچ پا به مدت شش هفته توسط یک آتل یا گچ بی حرکت می شود. در این مدت بهتر است بیمار از ایجاد فشار، روی پا اجتناب کند.

اگر قطعات شکسته شده جابجا شده باشند یا مفصل مچ پا ناپایدار باشد باید برای درمان از جراحی استفاده کرد. برای تثبیت استخوان های شکسته شده در این ناحیه از پیچ و پلاک یا میله های داخل استخوانی استفاده می شود.

مفصل مچ پا از کنار هم قرار گرفتن سه استخوان درشت نی، نازک نی و تالوس به وجود می آید. این استخوان ها، یک گودی را بالای مفصل مچ پا درست می کنند که استخوان تالوس در زیر آن قرار می گیرد.



به انتهایی ترین قسمت نازک نی، قوزک خارجی و به انتهایی ترین قسمت درشت نی، قوزک داخلی می گویند. قوزک داخلی در واقع پایین ترین قسمت درشت نی است که در قسمت داخل مچ پا قرار گرفته و هنگامی که پاها را جفت می کنیم به یکدیگر برخورد می کنند. قوزک خارجی پایین ترین قسمت نازک نی است و در قسمت خارجی مچ پا می باشد.

### علائم شکستگی مچ پا

علائم شکستگی مچ پا ممکن است بسیار شبیه به یک پیچ خوردگی ساده ی مچ پا باشد. پس هر رگ به رگ یا پیچ خوردگی مچ پا باید توسط پزشک معاینه شود. علائم شایع در شکستگی مچ پا شامل درد شدید و حاد در محل شکستگی، تورم، کبودی، خون مردگی،

### درمان شکستگی قوزک داخلی

اگر شکستگی جابجایی نداشته باشد یا قطعه ی شکسته شده خیلی کوچک باشد درمان معمولاً غیر جراحی است. برای درمان شکستگی قوزک داخلی، معمولاً مچ پا به مدت شش هفته توسط یک آتل یا گچ بی حرکت می شود. در این مدت بیمار باید از ایجاد فشار روی پا اجتناب کند. همچنین در این مدت پزشک معالج به طور مکرر از مچ پا عکسبرداری می کند تا مطمئن شود شکستگی جابجایی بعدی پیدا نکرده است.

اگر قطعات شکسته شده جابجا شده باشند یا مفصل مچ پا ناپایدار باشد باید برای درمان از جراحی استفاده کرد. گاهی حتی برای درمان شکستگی های بدون جابجایی نیز از جراحی استفاده می شود.

بسیار مهم است که تا زمانی که پزشک معالج اجازه نداده، بیمار از ایجاد فشار روی پا خودداری کند. گذاشتن پا روی زمین و اعمال وزن روی اندام تحتانی می تواند موجب جابجا شدن قطعات شکسته شده شود.

در روزهای ابتدایی درمان، پزشک معالج معمولاً از یک آتل برای محافظت ناحیه ی پا استفاده می کند تا به تدریج تورم مچ پا کم شود.

### عوارض شکستگی مچ پا

افراد سیگاری، کسانی که دیابت دارند و افراد مسن تر در معرض احتمال بیشتر عوارض بعد از شکستگی های مچ پا هستند. حتی اگر شکستگی در ابتدا بدون جابجایی باشد ممکن است با گذشت یکی دو هفته قطعات شکسته شده جابجا شوند.