



مراکز تخصصی ارتوپدی

بیمارستان برکت امام خمینی میانه

## شکستگی کتف (از استخوان های شانه)



تهیه و تنظیم: فاطمه صفری

کارشناس پرستاری

منبع: بروزر سودرات ۲۰۱۸

سال تهیه ۱۳۹۷

سال بازنگری ۱۳۹۹

Barekat-Nc/c-Pam

واحد آموزش سلامت

عضله ی دلتوئید را به بقایای زائیده ی بزرگ استخوان کتف می دوزند. در صورتی که قطعه ی شکسته شده بزرگ و یا جابجایی زیاد باشد قطعه ی شکسته شده را با عمل جراحی جا اندازی کرده و یا پیچ فیکس می کنند.

حرکات شانه ممکن است بعد از این شکستگی به سرعت محدود شود. بنابراین لازم است تا هر چه زودتر معمولاً در همان هفته ی اول بعد از شکستگی، حرکات شانه شروع شود. این حرکات و نرمش ها برای به دست آوردن دامنه ی حرکات شانه است.

نرمش های کششی و تقویتی باید تا زمان به دست آوردن کامل حرکات شانه و تقویت عضلات آن انجام شوند. این زمان ممکن است حتی تا یک سال هم طول بکشد.

\*\*\*\*\*

**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 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 کنید.

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

استخوان کتف یا اسکاپولا یک استخوان مثلثی شکل در پشت قفسه ی سینه است. این استخوان به ندرت دچار شکستگی می شود و شیوع شکستگی آن کمتر از یک درصد شکستگی های بدن است. یکی از علل این شیوع کم ممکن است توده ی عضلانی خوبی باشد که اطراف آن را احاطه کرده است .

شکستگی این استخوان معمولاً در آسیب های با شدت زیاد مثل تصادفات وسایل نقلیه و سقوط از ارتفاع دیده می شود و به همین خاطر این شکستگی در بسیاری اوقات با آسیب به دیگر قسمت های بدن مثل آسیب به جمجمه یا ستون مهره ها یا آسیب به ریه و شکستگی دنده ها همراه است. این شکستگی معمولاً بر اثر ضربه ی مستقیم به استخوان کتف ایجاد می شود .

### انواع شکستگی های استخوان کتف

شکستگی استخوان کتف ممکن است در قسمت های متفاوتی از استخوان ایجاد شود که عبارتند از :

- شکستگی تنه ی استخوان کتف : شکستگی در این ناحیه گرچه ممکن است به صورت چند قطعه ای و خرد شده باشد ولی معمولاً قطعات شکسته شده جابجایی زیادی ندارند. علت این جابجایی کم، حجم زیاد عضلانی است که به خوبی اطراف تنه ی استخوان کتف را گرفته و به استخوان چسبیده اند. این عضلات در حین شکستگی استخوان، قطعات شکسته شده را در کنار هم نگه می دارند

و اجازه ی جابجایی زیاد را به آنها نمی دهند .

- شکستگی گردن استخوان کتف : در این شکستگی مفصل شانه از تنه اصلی استخوان جدا می شود. این نوع شکستگی معمولاً بر اثر زمین خوردن و افتادن روی شانه ایجاد می شود.



- شکستگی زائیده ی بزرگ استخوان کتف
- شکستگی زائیده ی کوچک استخوان کتف

### علائم شکستگی کتف در ناحیه ی شانه

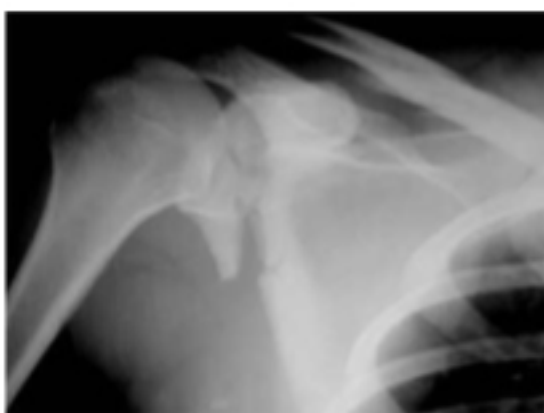
مهمترین علائم شکستگی استخوان کتف عبارتند از:

- درد شدید در هنگام حرکت دادن اندام فوقانی و یا در هنگام فشار بر روی استخوان شکسته شده.
- تورم در ناحیه ی پشت شانه و کتف.
- خراشیدگی پوستی و خون مردگی در پشت شانه و کتف

### تشخیص شکستگی کتف

پزشک معالج از رادیوگرافی ساده برای مشخص کردن

شکستگی و تشخیص آن استفاده می کند. گاهی اوقات برای بررسی شکل شکستگی و برنامه ریزی برای درمان نیاز به استفاده از سی تی اسکن وجود دارد.



### درمان شکستگی های کتف

درمان اکثر شکستگی های استخوان کتف درمان غیر جراحی بصورت آویزان کردن اندام فوقانی به گردن است. مدت بی حرکتی معمولاً سه هفته است و این زمانی است که استخوان کتف نیاز داد تا جوش بخورد. در ۲۴ ساعت اول بعد از شکستگی می توان با سرد کردن ناحیه ی پشت کتف، مانع از افزایش تورم و خونریزی شد.

بعضی از انواع شکستگی های استخوان کتف مانند شکستگی های حفره ی مفصل شانه و یا شکستگی گردن استخوان کتف یا شکستگی زائیده ی بزرگ استخوان کتف ، اگر همراه با جابجایی زیاد باشند ممکن است نیاز به عمل جراحی داشته باشند. اگر زائیده ی بزرگ استخوان کتف دچار شکستگی خرد شده با جابجایی زیاد شده باشد، قطعات خرد شده را توسط عمل جراحی برمی دارند و