



موضوع:

خودمراقبتی پارگی تاندون دست

تهیه و تدوین:

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی آیت الله کاشانی شهرکرد

سال ۱۴۰۳





خودمراقبتی پارگی تاندون دست

واحد آموزش به بیمار بیمارستان آیت الله کاشانی شهرکرد

دستورالعمل آموزش خودمراقبتی در پارگی تاندون دست :

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص پارگی تاندون دست طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

تاندون ها بافت هایی به شکل طناب هستند که عضله را به استخوان متصل می کنند. با انقباض عضله، تاندون حرکت میکند و با حرکت تاندون استخوان و مفصل هم حرکت میکنند. شایع ترین آسیب تاندون دست، پارگی آن است و شایع ترین علت پاره شدن این تاندون ها عوامل زیر می باشد:

← اصابت جسم تیز و برنده مثل چاقو، شیشه و یا لبه تیز فلزات

← مصدومیت ورزشی

← گاز گرفتن توسط حیوانات

← آرتريت روماتويد

مراقبت قبل از عمل

← انجام یک پانسمان فشاری - حمایتی بر روی عضو آسیب دیده جهت کاهش خونریزی و درد اندام

← بالا گرفتن عضو آسیب دیده بالاتر از سطح بدن، جهت کاهش خونریزی و تورم

← چک کردن انتهای عضو آسیب دیده از نظر خونرسانی بافتی

← استفاده از کمپرس سرد به صورت غیر مستقیم جهت کاهش خونریزی و درد

مراقبت بعد از عمل

← مصرف داروهای آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک الزامی است

← مراجعه به پزشک معالج جهت بررسی روند بهبود زخم

← بالا نگه داشتن عضو به گونه ای که بالاتر از قلب باشد

← انگشتان از نظر حس و حرکت و رنگ طبیعی و خونریزی کنترل شود. در صورت خونریزی و درد و تورم غیر قابل کنترل به پزشک اطلاع داده شود

← تعویض پانسمان باید با نظر پزشک و توسط فرد مجرب انجام شود

← آتل تمیز نگه داشته شود و از خیس شدن آن جلوگیری شود، آتل نباید زیاد سفت و یا شل باشد

← هر گونه بوی بد یا ترشح از آتل باید به پزشک اطلاع داده شود

← معمولاً آتل گچی در ترمیم تاندون در حدود 4 الی 6 هفته باقی می ماند و طی این مدت اندام باید بدون حرکت در داخل آتل بماند

← حرکت دادن عضو آسیب دیده فقط با نظر پزشک معالج و زیر نظر او انجام می شود و محدوده ی مجاز حرکت عضو را پزشک تعیین می کند

← بدون اطلاع پزشک آتل یا اسپلینت دور دست باز نشود.



خودمراقبتی پارگی تاندون دست

واحد آموزش به بیمار بیمارستان آیت الله کاشانی شهرکرد

در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- ✓ در صورت شنیدن یا حس کردن صدای پارگی
- ✓ در صورت بروز درد شدید
- ✓ در صورت بروز کبودی شدید در مدت زمان بسیار کم پس از وقوع حادثه
- ✓ در صورت ایجاد تغییر شکل ظاهری در عضو آسیب دیده
- ✓ در صورتی که قادر به استفاده از عضو آسیب دیده نباشید.
- ✓ در صورت بروز دیگر علایم نگران کننده

منابع:

- Brunner Suddarth's textbook of Medical surgical Nursing 2018
- <https://familydoctor.org>