



## شکستگی استخوان ران

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: کمیته آموزش بیمار

تاریخ بازنگری: پاییز ۱۴۰۲

منابع: ClinicalKey, WebMD, Mayo clinic

### ❖ شرح بیماری

شکستگی استخوان ران عبارت است از یک شکستگی کامل یا ناقص در سر استخوان ران، که به استخوان لگن مفصل می‌شود. شکستگی در اثر صدمات قابل توجه در هر دو جنس و در تمام سنین دیده می‌شود. اما شکستگی‌های خود به خودی یا شکستگی ناشی از صدمات خفیف تنها در افراد مسن‌تر دیده می‌شوند (در افراد بالای ۵۰ سال).

### ❖ علائم

به دنبال شکستگی استخوان ران علائم زیر در فرد بروز می‌نماید:

- ✓ درد شدید به هنگام تلاش برای راه رفتن
- ✓ تورم، دردناک بودن به هنگام لمس و خون‌مردگی در ناحیه مفصل استخوان ران
- ✓ از دست رفتن شکل طبیعی ناحیه مفصلی استخوان ران

### ❖ علل شایع

- از علل شایعی که در شکستگی استخوان ران دخالت دارد به موارد زیر می‌توان اشاره نمود:
- ✓ وارد آمدن صدمه، مخصوصاً زمین‌خوردن، سقوط و تصادفات
- ✓ در مواردی که استخوان ران قبلاً دچار بیماری بوده است، شکستگی ممکن است خود به خود رخ دهد.

### ❖ عوامل شایع تشدید کننده

- ✓ پوکی استخوان، خصوصاً پوکی استخوان پس از یائسگی
- ✓ مصرف داروهای متعدد که ممکن است هوشیاری را کاهش دهند.
- ✓ بیماری استخوان‌سازی ناقص که یک بیماری ارثی است که در آن استخوان‌ها ترد و شکننده هستند و به راحت دچار شکستگی می‌شوند.
- ✓ تغذیه نامناسب، خصوصاً ناکافی بودن دریافت کلسیم و پروتئین.



### ❖ عوارض احتمالی

- به دنبال شکستگی استخوان ران عوارض زیر ممکن است در فرد بروز نماید:
- ✓ آسیب به رشته‌های عصبی و رگ‌های خونی در ناحیه شکستگی
- ✓ در رفتگی علاوه بر شکستگی
- ✓ خون‌رسانی ناکافی به ناحیه صدمه دیده که باعث مرگ بافت استخوانی می‌شود.
- ✓ جوش نخوردن شکستگی
- ✓ تشکیل لخته خون به علت بستری شدن طولانی مدت



✓ عفونت زخم ناحیه عمل جراحی

## ❖ تشخیص

✓ تشخیص توسط پزشک با اخذ شرح حال و معاینه دقیق بیمار صورت می‌پذیرد. در صورت نیاز از دیگر روش‌های تشخیصی از جمله رادیوگرافی استفاده می‌شود.



## ❖ درمان

جراحی تنها راه درمان است. جراح ارتوپد قطعات شکسته شده استخوان را به هم متصل و با استفاده از وسایل مخصوص آنها را در جای خود ثابت می‌کند. البته در افرادی که استخوان‌هایشان توانایی رشد و ترمیم مناسب را ندارند، ممکن است تمام یا قسمتی از مفصل ران تعویض و جای آن یک مفصل مصنوعی گذاشته شود. شکستگی معمولاً احتیاج به گچ گرفتن ندارد.

## ❖ فعالیت

افرادی که دچار شکستگی استخوان ران می‌شوند و تحت عمل جراحی قرار می‌گیرند، لازم است فعالیت خود را پس از عمل به صورت زیر تنظیم نمایند:

✓ پس از به دست آوردن هوشیاری بعد از عمل، پای دیگر خود را مرتب حرکت دهید تا احتمال تشکیل لخته در سیاهرگ‌های عمقی پا کمتر شود.

✓ با نظر پزشک هر چه زودتر از تخت خارج شوید و راه بروید.

✓ نظارت دقیق توسط یک فیزیوتراپ برای بازتوانی ضروری است. در ابتدا نیاز به استفاده از واکر یا چوب زیر بغل خواهد بود.

✓ با پیشرفت روند ترمیم شکستگی، تدریجاً کارهای روزمره خود را از سر بگیرید.

## ❖ رژیم غذایی و تغذیه

✓ در روز اول پس از عمل مایعات مصرف ولی بعد از آن رژیم خاصی لازم نیست. البته امکان دارد توصیه شود که مواد حاوی کلسیم در رژیم غذایی بیشتر باشد. (مانند لبنیات)

✓ استفاده از رژیم غذایی پرپروتئین و استفاده از لبنیات و شیر در وعده‌های غذایی

✓ مصرف شیر و لبنیات در بیمارانی که مدت زیادی در بستر باقی می‌مانند به علت احتمال ایجاد سنگ‌های ادراری باید تعدیل مجدد شود.

## ❖ داروها

✓ پزشک با توجه به شدت علائم از داروهای زیر جهت درمان دارویی بیمار استفاده می‌نماید:

✓ داروهای ضد درد بر حسب نیاز

✓ آنتی‌بیوتیک برای مبارزه با عفونت

✓ نرم‌کننده‌های مدفوع برای پیشگیری

✓ مکمل‌های غذایی مانند کلسیم و هورمون درمانی در

✓ صورت ضرورت استفاده از ملین جهت پیشگیری از یبوست

## ❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

✓ اگر در پایین‌تر از ناحیه شکستگی کمرختی یا بی‌حسی دارید فوراً اطلاع دهید. این یک موقعیت اورژانسی است

✓ تورم در بالا یا پایین ناحیه شکستگی

✓ تب، لرز، دردهای عضلانی، یا سردرد

✓ زیادتر شدن درد، تورم، قرمزی یا ترشحات محل عمل

✓ یبوست

✓ تنگی نفس



## “ارتباط با ما”

تلفن تماس: ۰۳۵۳-۳۱۲۲۲۳۰

اینا: ۰۹۹۶۵۲۵۰۰۶۹

آدرس اینترنتی: [rahnemoon.ssu.ac.ir](http://rahnemoon.ssu.ac.ir)