

## کشش (تراکشن)

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: کمیته آموزش بیمار

تاریخ بازنگری: پاییز ۱۴۰۲

منابع: ClinicalKey, WebMD, Mayo clinic

## ❖ شرح روش

تراکشن یا کشش وسیله‌ای است که پزشک متخصص ارتوپدی از آن برای بی‌حرکتی و یا جا اندازی نسبی یا کامل یک شکستگی استفاده می‌کند. تراکشن‌ها بر اساس نوع کاربرد به دو دسته کلی پوستی و استخوانی تقسیم می‌شوند.

## ❖ دلایل انجام

- ✓ برای به حداقل رساندن اسپاسم و گرفتگی عضلات
- ✓ جانداختن و بی‌حرکت کردن شکستگی‌ها
- ✓ تصحیح امتداد قطعات شکسته
- ✓ اصلاح بدشکلی
- ✓ زیاد کردن فاصله سطوح مفصلی

## ❖ عوارض احتمالی

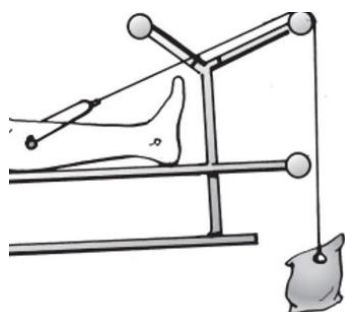
به دنبال استفاده از تراکشن عوارض زیر ممکن است در فرد بروز نماید:

- ✓ کشیدگی پوست و از بین رفتن لایه‌های پوست
- ✓ فشار بر روی عصب
- ✓ اختلال در جریان خون
- ✓ پنومونی یا عفونت ریه
- ✓ یبوست
- ✓ بی‌اشتهایی
- ✓ احتباس و عفونت ادراری

## ❖ روش انجام

### تراکشن پوستی:

تراکشن پوستی برای کنترل اسپاسم و گرفتگی عضلات و بی‌حرکت کردن عضو قبل از جراحی به کار می‌رود و عمدتاً برای درمان‌های کوتاه مدت استفاده می‌شود. در این نوع کشش یک نوار چسب مخصوص به پوست دو طرف ساق بیمار متصل شده و سپس این نوار چسب از طریق یک ریسمان و قرقره به وزنه‌ای متصل می‌شود. آویزان شدن وزنه موجب اعمال تراکشن یا کشش به اندام پایینی می‌شود. مقدار وزنه‌ها نباید از تحمل پوست بیشتر باشد، لذا نمی‌توان برای هر اندام نیروی کششی بیش از ۲ تا ۳/۵ کیلوگرم اعمال کرد. انواع تراکشن پوستی که در بالغین مورد استفاده قرار می‌گیرد عبارتند از:



- ✓ کششی که در اندام تحتانی مانند ساق به کار گرفته می‌شود. در این حالت نیروی کششی درجهت مستقیم بر قسمتی از بدن که روی تخت قرار دارد، اعمال می‌شود.
- ✓ وزنه‌ی گردنی سر که برای درمان درد گردن استفاده می‌شود.



✓ کمر بند لگنی که گاهی اوقات برای درمان کمر درد استفاده می‌شود.

## تراکشن استخوانی:

در تراکشن استخوانی، نیرو مستقیماً روی استخوان اعمال می‌شود. از این روش غالباً برای درمان شکستگی‌های استخوان ران، درشت‌نی و مهره‌های گردنی استفاده می‌شود. در تراکشن یا کشش استخوانی یا اسکلتال یک میله یا پین فلزی به صورت عرضی از استخوان درشت نی عبور داده شده به طوری که دو سر آن از پوست بیرون باشد. دو سر این پین از طریق ریسمان و قرقره به وزنه متصل می‌شود. معمولاً در این نوع کشش از وزنه‌های ۷ تا ۱۲ کیلوگرمی استفاده می‌شود.

## ❖ اصول تراکشن موثر

✓ تراکشن باید به طور مداوم اعمال شود تا در جاندازی و بی حرکت کردن محل شکستگی مفید واقع شود.  
✓ وزنه‌ها را نباید جابجا کرد مگر اینکه طبق تجویز پزشک، تراکشن متناوب مورد نظر باشد.  
✓ هر عاملی که ممکن است مقدار کشش موثر را کاهش داده یا جهت نیروی برآیند را تغییر دهد باید برطرف شود.  
✓ هنگام اعمال کشش، باید بیمار در وسط تخت قرار گیرد و امتداد بدن او صحیح باشد.

## ❖ فعالیت

✓ هر روز ورزش‌های بدن و عضو مبتلا را انجام دهید تا عضلات عضو ضعیف نشوند.

✓ مفصلی که بیحرکت شده اند و قابل حرکت دادن نیستند را بطور مرتب منقبض و منبسط کنید. به این نوع انقباضات عضلات، انقباض ایزومتریک می‌گویند و انجام آنها برای حفظ قدرت عضلات حیاتی است و جریان خون در عضو بهبود یافته و از لخته شدن خون و تورم اندام جلوگیری می‌کند و مانع لاغر شدن عضلات داخل پین می‌شود. عضلات عضو مبتلا را ۵ تا ۱۰ ثانیه منقبض کنید و سپس رها سازید، این کار را چند بار در روز انجام دهید.

## ❖ رژیم غذایی و تغذیه

فردی که از تراکشن برای او استفاده شده است رژیم غذایی خود را به صورت زیر تنظیم نماید:  
✓ برای تسریع التیام بافت نرم و استخوان، از رژیم غذایی پرپروتئین و پرکالری استفاده کنید.



✓ اگر بی‌حرکتی عضو طولانی است، برای جلوگیری از بروز کمبود کلسیم، غذاهای پر کلسیم (شیر و لبنیات) مصرف کنید، اما مصرف غذاهای پرکلسیم نباید آنقدر زیاد باشد که زمینه تشکیل سنگ‌های کلیوی را فراهم کند.

✓ جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر (میوه‌ها و سبزیجات) حاوی سیوس و مایعات فراوان استفاده کنید.

## ❖ مراقبت

✓ طناب‌ها فرسوده نباشند و داخل شیار قرقره قرار گرفته باشند.  
✓ گره‌های آن مطمئن باشد و وزنه‌ها به طور آزاد آویزان باشد.  
✓ نوشیدن مایعات کافی به برقراری جریان ادرار و جلوگیری از یبوست کمک می‌کند.

✓ محل پین باید روزانه بررسی شود.  
✓ مراقب بریدگی پوست یا انگشتان به وسیله کشیدگی طناب‌های تراکشن باشید.

## ❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

در صورت مشاهده سوزش، گزگز، بی‌حسی، انگشتان سرد و رنگ پریده و دردی که با مصرف مسکن تسکین نمی‌یابد.



## “ارتباط با ما”

تلفن تماس: ۰۳۵۳-۳۱۲۲۲۳۰

اینا: ۰۹۹۶۵۲۵۰۰۶۹

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