دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه

توصیه های پس از ترخیص شکستگی ساق پا

۱. بایستی پانسمان محل عمل جراحی یک روز در میان تعویض شود
۲. انتی بیوتیک تجویز شده توسط پزشک معالج را طبق دستور استفاده نمایید
۳. در صورت درد می توانید از مسکن های تجویز شده توسط پزشک معالج خود را استفاده نمایید
۴. جهت ویزیت مجدد دو هفته پس از ترخیص با برگ خلاصه پرونده به درمانگاه مراجعه نمایید
۵. مصرف دخانیات و الکل روند بهبودی شما را به تاخیر می اندازد
۶. جهت کمتر شدن درد و تورم پای عمل شده روی یک بالش قرار داده شود
۷. میتوانید جهت فیزیوتراپی حرکات مچ و انگشتان پا را انجام دهید
۸. در صورت وجود ترشحات چرکی و تورم قرمزی و سیاه شدن انگشتان پا که گچ گیری شده است سریعا به پزشک معالج خود مراجعه نمایید
۹. باید با استفاده از عصا و بدون وزن گذاری روی پای عمل شده راه بروید

داروهای مصرفی منزل:

زمان و مکان مراجعه بعدی:

آموزش های بعد از ترخیص در شکستگی ساق پا

۱.در حالت نشسته لبه تخت زانو را خم و راست کند .

۲.در حالت دراز کشیده روی تخت مچ پا را بالا و پایین ببرید.

۳.روی تخت بنشینید ،پاصاف باشد.یک بالش زیر زانو بگذارید و حالا پاشنه را از زمین بلند کنید تا زانو به حالت صاف در آید .

۴.در حالت خوابیده با زانوی صاف قرار بکیرد پا را به اندازه ۲۰سانتیمتر از زمین بلند کنید .

- در شکستگی زانو بسته به اینکه چه لیگامان (رباط) یا منیسکی درگیر شده باشد ،دستورات ورزشی مربوط به زانو را حتما با مشورت فیزیوتراپ انجام دهید .

-میزان و زمان وزن اندازی حتما با مشورت پزشک جراح ارتوپدی صورت بگیرد .

کمیته آموزش و پژوهش بیمارستان آموزشی درمانی نهم دی-واحد آموزش به بیمار

با همکاری واحد فیزیوتراپی

تلفن پاسخگو :۱۹-۵۲۲۲۶۰۱۶ داخلی ۲۸۰