



تاریخ
۱۲
مهر
۱۴۰۰
دوشنبه

هر شماره؛معرفی یک بیماری و پیشگیری

و درمان آن

این شماره: شکستگی لگن

انواع شکستگی های لگن

دکتر هومن جولایی

۵- مشکل در راه رفتن یا ایستادن شکستگی که در هنگام دویدن ایجاد می شود ممکن است باعث ایجاد درد در ران یا باسن شود.

علائم شکستگی پایدار لگن

شکستگی پایدار لگن تقریباً همیشه دردناک است. درد در ناحیه لگن یا کشاله ران معمولی است و با حرکت دادن مفصل ران یا تلاش برای راه رفتن تشدید می شود. اگرچه ممکن است راه رفتن همچنان امکان پذیر باشد. برخی از بیماران متوجه می شوند که اگر سعی کنند یک مفصل ران یا زانو را خم نگه دارند، می توانند درد را کاهش دهد.

علائم شکستگی ناپایدار لگن چیست؟

شکستگی های بزرگ و ناپایدار لگن احتمالاً باعث درد و شوک شدید می شوند. درد ممکن است در لگن، کشاله ران، پشت، شکم یا پایین پاها باشد. استخوان های لگن بزرگ و دارای منبع خون زیادی هستند، بنابراین در صورت شکستگی خونریزی شدیدی می کنند و خونریزی به سرعت متوقف نمی شود. در حالی که خون ممکن است قابل مشاهده نباشد، زیرا در داخل شکم شما قرار دارد، این سطح از دست دادن خون باعث کاهش ناگهانی فشار خون شما می شود.

آیا می توان از شکستگی لگن پیشگیری کرد؟

با موارد زیر می توان از شکستگی لگن جلوگیری کرد.

از انجام ورزش هایی که فشار زیادی به شما وارد می کند خودداری کنید.

عوامل تغذیه ای می توانند در پوکی استخوان نقش داشته باشند، که این می تواند شما را در معرض خطر بیشتر شکستگی لگن قرار دهد.

رانندگی ایمن برای جلوگیری از تصادفات وسایل نقلیه موتور.

راه رفتن با دقت روی سطوح ناهموار و یا لیز. مانند زمین های یخ زده

آیا پس از درمان شکستگی لگن می توان دوباره راه رفت؟

اکثر افرادی که شکستگی لگن را تجربه می کنند بعد از چند ماه دوباره راه می روند. اگر شکستگی از شدت کمتری برخوردار باشد و اگر تناسب اندام دارید یا ماهیچه های فعال و سالم دارید، بهبودی سریعتر خواهد بود. گاهی اوقات، شکستگی بزرگ لگن می تواند در بلند مدت بر تحرک شما تأثیر بگذارد.

شکستگی لگن چگونه تشخیص داده می شود؟

شکستگی لگن معمولاً از طریق حساسیت استخوان ها، مشکل در راه رفتن یا انجام حرکات دیگر و هرگونه از بین رفتن عملکرد عصبی در قسمت تحتانی بدن تشخیص داده می شود. ممکن است صدماتی به اندامهای داخل حلقه لگن مانند روده، کلیه، مثانه یا دستگاه تناسلی وارد شود. اشعه ایکس شکستگی را نشان می دهد.همچنین سی تی اسکن در موارد پیچیده انجام می شود تا تصویر بهتری از شکستگی ها به دست آید. بسته به اینکه شکستگی چقدر شدید است، ممکن است سایر روش های تصویربرداری مورد نیاز باشد.

بهبودی پس از شکستگی لگن چقدر طول می کشد؟

شکستگی های لگن معمولاً حدود چهار هفته پس از شکستگی شروع به ترمیم می کنند. بسته به شدت شکستگی، ممکن است برخی از بیماران چند روز پس از شکستگی درد کمتری را مشاهده کنند، اما اکثر بیماران چهار تا شش هفته پس از آسیب از داروهای مسکن استفاده می کنند. از نظر فعالیت، بیماران می توانند چند روز یا حداکثر یک هفته در بستر باشند. با این حال، رفع نهایی درد و ترمیم عملکرد می تواند شش تا ۱۲ هفته طول بکشد.

درمان شکستگی لگن

دکتر سید علیرضا امین جواهری



جایگزینی سر استخوان ران با یک عضو مصنوعی است. عمل جراحی تعویض کامل مفصل، برای بیمارانی که نظر گرفته شود که مفاصل آنها درمعرض خطر ابتلا به آرتروز باشد و یا بسیارمتهلپ باشد.

پس از جراحی شکستگی لگن

فیزیوتراپ به بیمار در حرکت دادن ناحیه عمل شده کمک می کند و تمرینات ورزشی مناسبی برای تقویت این ناحیه به بیمار آموزش می دهد.

در افراد مسن باید برای درمان شکستگی لگن، عمل جراحی انجام شود. در غیر این صورت برای زندگی فرد خطرات جدی به دنبال داشته و بیمار دچار ضعف شدید حرکتی می شود.

بهبودی و توانبخشی بعد از درمان شکستگی لگن

معمولاً برای بهبود و درمان شکستگی لگن، نیاز است که بیمار برای ۶ تا ۸ هفته، وزن خود را بر روی پای شکسته نیندازد و یا با عصا راه برود تا استخوان های لگن زمان لازم برای بهبود را داشته باشند.

سلامت

صفحه

۶

شماره

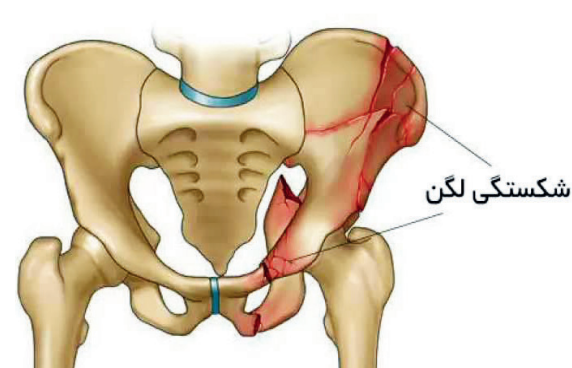
۳۱۸۸

سال

بیست و هفتم

شکستگی لگن

دکتر سید علیرضا امین جواهری



لگن دچار می شود.

فاکتورهای خطر شکستگی لگن

۱. سن بالای ۶۵ سال

با افزایش سن، تراکم استخوان ها کاهش می یابد و افراد مسن به دلیل مشکلات بینایی و اختلال در تعادل، بیشتر در معرض ابتلا به شکستگی لگن قرار می گیرند.

۲. جنسیت : در زنان ۲ تا ۳ برابر شایع تر از مردان

احتمال شکستگی لگن در زنان مسن بیشتر از مردان سالمند است زیرا استخوان ها در زنان نسبت به مردان، زودتر پوک و ضعیف می شوند. کاهش هورمون استروژن که در هنگام یائسگی در زنان رخ می دهد، کاهش توده استخوانی و شکستگی لگن را بیشتر می کند.

۳. بیماری های زمینه ای

پوکی استخوان یکی از مهم ترین عوامل خطر شکستگی لگن می باشد، اما سایر بیماری ها نیز ممکن است باعث شکنندگی استخوان گردند. این بیماری ها عبارتند از: اختلالات غدد درون ریز مثل پرکاری تیروئید، و اختلالات روده ای که باعث کاهش جذب ویتامین D و کلسیم می شود.

۴. مشکلات و اختلالات تغذیه ای

افرادی که در جوانی به میزان کافی از غذاهای حاوی کلسیم و ویتامین دی استفاده نکرده اند؛ بیشتر در معرض خطر شکستگی قرار دارد زیرا کلسیم و ویتامین دی دو عنصر مهم در تقویت عضلات و استخوان است.

۵. بی تحرکی و عدم فعالیت

افراد بی تحرک و غیرفعال از نظر بدنی به دلیل قوی نبودن استخوان ها و عضلات کمتر در معرض خطر شکستگی لگن قرار دارند. با انجام ورزش هایی همچون پیاده روی به قوی شدن عضلات و استخوان های خود کمک کنید.

۶. سیگار و استعمال دخانیات

سیگار کشیدن و نوشیدن مشروبات الکلی باعث تداخل در مراحل تولید و ساخت استخوان سازی و ترمیم آن می شود و در نتیجه منجر به از دست دادن استخوان ها می گردد.

۷. مصرف داروهایی که موجب ضعف و یا گیجی می شوند.

چرا شکستگی لگن کشنده است؟

خطرناک و کشنده بودن شکستگی لگن بستگی به شدت شکستگی و سن بیمار دارد. اما از آنجایی که لگن دارنده اجزای مهمی همچون دستگاه تناسلی و ادراری است به دنبال این نوع شکستگی ها ممکن است عوارض متعددی بیمار را تهدید کند.

البته خطر مرگ ناشی از شکستگی لگن بیشتر سالمندان را تهدید می کند. عموماً یک فرد جوان به دلیل داشتن قوای بدنی قوی در مقایسه با یک فرد پیر کمتر متحمل چنین عوارضی می شود.

از جمله شایع ترین عوارض شکستگی لگن که مشلات متعددی را برای بیمار به همراه دارد شامل:

آسیب دیدن عصب پا اطراف مفصل لگن از جمله عصب سیاتیک سیاه شدن سر استخوان ران به دنبال اختلال در خونرسانی و عروق خونی اطراف مفصل

تشکیل خارهای استخوانی یا استخوان اضافی در ناحیه اطراف مفصل ساییدگی و آرتروز لگن به دنبال آسیب دیدگی غضروف اطراف مفصل بدجوش خوردن شکستگی و ناتوانی و زمین گیر شدن بیمار

آسیب دیدن رگ های خونی و ظهور خونریزی داخلی

لنگی در بیمار

تشخیص شکستگی لگن

اولین اقدام برای تشخیص شکستگی های لگن ؛از طریق عکسبرداری (اشعه ایکس) از ناحیه لگن و استخوان لگن صورت می گیرد.

عکسبرداری ام آر آی برای تشخیص شکستگی های پنهان استفاده می شود. از سی تی اسکن هم برای تشخیص شکستگی لگن استفاده می شود.

عوارض شکستگی لگن

زخم بستر

عفونت ریوی، عفونت ادراری و لخته شدن خون در ساق و احتمال انتقال

این لخته به ریه

نکروز آوسکلوار یا سیاه شدن سر استخوان ران

جوش نخوردن شکستگی

جایجا شدن پیچ و پلاک

آسیب های عصبی

آگهی فقدان سند مالکیت

آقای اسماعیل کاظمی مقدم فرزند جمعه با تسلیم دوبرگ استثنادهیه گواهی شده دفترخانه اسناد رسمی ۹۴ بهبهان مدعی است سند مالکیت ششدانگ پلاک ثبتی ۳۸۱ فرعی از ۵۶۴۰ اصلی واقع در بخش یک بهبهان ذیل ثبت ۸۱۵۹۷ دفتر جلد ۶۳۶ صفحه ۲۲ بنام مشارالیه ثبت و سند مالکیت صادر و تسلیم گردیده که بعلت آتش سوزی از بین رفته و بنوجب اسناد رهتی ۱۰۸۳۶۸-۱۳۹۵/۰۸/۰۲-۱۳۹۵/۰۸/۰۴-۱۱۲۷۶۱ تنظیمی دفترخانه اسناد رسمی ۳۷ بهبهان نزد اعتباری ملل در قید رهن می باشد لذا به دستور ماده ۱۲۰ آئین نامه قانون ثبت مراتب جهت اطلاع عموم یک نوبت آگهی می شود که هر کس مدعی انجام معامله یا وجود سند مالکیت نزد خود می باشد می تواند طرف مدت ده روز از تاریخ انتشار این آگهی اعتراض خود را با ارائه سند مالکیت به این اداره تسلیم درغیر این صورت پس از سبری نمودن مهلت قانونی و عدم واخواهی سند مالکیت المثنی به نام مالک صادر خواهد شد.
۳۶۷۵۰
۸/۲۳۸ م الف

کاظمی- رئیس ثبت بهبهان

روزنامه طلوع آگهی و مشترک

می‌پذیرد

۰۷۱- ۳۲۳۴۴۷۷۲