



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان شهدای سلامت نی ریز

مراقبت از فیکساتور خارجی

تهیه کننده: شهناز بنان

(کارشناس پرستاری)

تاریخ تهیه: بهار 1401

تاریخ بازنگری بعدی: بهار 1404

تا یید کننده: آقای دکتر محسن رفیعی متخصص ارتوپدی

منبع: پرستاری داخلی جراحی برونر و سوارث 2016

- بی حرکتی پس از عمل می‌تواند باعث رکود خون در پاها

و افزایش احتمال عفونت ریه‌ها گردد، لذا ورزش‌های

تنفسی (تنفس عمیق و سرفه) و چرخش اندام سالم را

بلافاصله پس از عمل انجام دهید.

- جهت پیشگیری از تورم اندام، با چند بالش آن را بالاتر از

سطح قلب قرار دهید و طبق دستور پزشک طی ۲۴-۴۸ ساعت

پس از عمل جراحی راه نروید.

- ورم خفیف، ناراحتی و تغییر رنگ پوست (آبی شدن) در روز اول بین گذاری طبیعی است.

رژیم غذایی:

- رژیم غذایی پرپروتئین و پرکالری (گوشت و حبوبات) برای

تسریع التیام بافت نرم و استخوان مصرف کنید.

- از غذاهای پر کلسیم (شیر و لبنیات) استفاده کنید، اما

مصرف غذاهای پرکلسیم نباید آنقدر زیاد باشد که زمینه

تشکیل سنگ‌های کلیوی را فراهم کند.

- برای جلوگیری از افزایش فشار و وزن بر مفاصل، حفظ تعادل

وزن را برقرار کنید.

- جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پر فیبر (میوه‌ها و

سبزیجات) حاوی سیوس و مایعات فراوان استفاده کنید.

فعالیت:

- استفاده از فیکساتور خارجی باعث راحتی بیشتر و امکان

راه افتادن سریع‌تر و انجام ورزش‌های فعال در مفاصل

سالم را فراهم می‌کند.

- هر روز ورزش‌های بدن و عضو مبتلا را انجام دهید تا عضلات

عضو ضعیف نشوند. عضلات عضو مبتلا را ۵ تا ۱۱ ثانیه منقبض

کنید و سپس رها سازید، این کار را چند بار در روز انجام دهید.

- مفاصلی که بی حرکت شده‌اند تا موقعی که در فیکساتور

هستند قابل حرکت دادن نیستند ولی عضلات زیر پین را بدون

حرکت دادن مفاصل 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 .

مراقبت

- اگر بعد از ترخیص از بیمارستان هنوز زخمی دارید که نیاز به پانسمان دارد آن را به روش استریل و در مراکز بهداشتی - درمانی توسط افراد آگاه و طبق دستور پزشک انجام دهید.

- در صورت وجود درد، عضو را بالاتر از سطح قلب قرار دهید و از داروهای مسکن تجویز شده توسط پزشک استفاده نمایید.

- جهت پیشگیری از صدمه به بافت‌های دیگر بدن، قسمت تیز پین‌ها را با باند، پنبه و یا سرپوش‌های لاستیکی کوچک بپوشانید.
- هر روز انگشتان را از نظر رنگ، گرمی، حس و

حرکت که نشانه سلامت عصبی و خون‌رسانی عضو است کنترل کنید و در صورت وجود مشکل به پزشک مراجعه کنید.
- به هیچ عنوان پیچ‌ها و گیره‌ها را دستکاری نکنید.

- در صورت نیاز، اندام دارای فیکساتور خارجی را بالاتر از سطح بدن نگه دارید تا از ورم آن کاسته شود.

- برای جلوگیری از عفونت مسیر پین‌ها، مراقبت آن‌ها را در مراکز بهداشتی- درمانی توسط افراد آگاه و طبق دستور پزشک انجام دهید.

- پوست اطراف پین را از نظر قرمزی، حساسیت، ترشح، تورم و وجود گرما چک کنید.(البته وجود کمی ترشح

بی‌رنگ یا زرد کم رنگ در اطراف پین طبیعی است)

- افزایش درجه حرارت بدن می‌تواند نشانه عفونت باشد لذا در صورت بروز تب به پزشک مراجعه کنید.

- گاهی پس از ترمیم بافت‌های نرم صدمه دیده فیکساتور خارجی برداشته شده و درمان با گچ یا روش‌های دیگر

ادامه می‌یابد در صورتیکه شکستگی به نحو مطلوبی با

فیکساتور ثابت شده باشد تا بهبود کامل استخوان نگه داشته می‌شود .

- کمک در مراقبت از خود جهت موفقیت این شیوه درمانی ضروری است.

دارو
- دستورات دارویی پزشک را طبق دستور مصرف کنید .

- در صورت تجویز آنتی بیوتیک با فواصل منظم و دوره آن را کامل مصرف کنید .

زمان مراجعه بعدی

- بطور منظم جهت کنترل فیکساتور به پزشک معالج مراجعه نمایید .

- در صورت هرگونه قرمزی، ترشح، التهاب پوست اطراف پین و

افزایش ورم، التهاب انتهای عضو، رنگ‌پریدگی، یا کبودی

انگشتان با وجود قرار دادن عضو بالاتر از سطح قلب، احساس

بی‌حسی و سوزن سوزن شدن انتهای عضو آسیب‌دیده، دردی

که با مسکن برطرف نمی‌شود و یا لحظه به لحظه شدت می‌یابد،

شل یا سفت شدن پین و بوی نامطبوع و ترشح چرکی از محل پین به پزشک مراجعه نمایید .



وب سایت : neyritshp.sums.ac.ir
شماره تماس : 02642-11-4
پورتال : 02642-116

با استفاده از نرم افزار بارکد خوان از طریق تلفن همراه می‌توانید فایل متنی پمفلت را دانلود نمایید.

