

مراقبت در ضربه به سر:

ضربه به سر ممکن است همراه یا بدون از دست دادن هوشیاری باشد.

علت های ضربه به سر: تصادفات رانندگی، سقوط از ارتفاع، درگیری جسمی، حوادث حین کار و ورزش

توجه داشته باشید که بودن یا نبودن تورم در محل وارد آمدن ضربه ربطی به جدی بودن آسیب ندارد.

صدمه به سر به 3 دسته تقسیم میشود: آسیب به پوست سر، شکستگی جمجمه، صدمه به مغز و خونریزی مغزی

اگر شما مراقبت از فرد را بر عهده دارید او را تا 24 ساعت هر دو ساعت یا طبق آنچه توصیه شده است بیدار کنید. اگر فرد بیدار نشد فوراً پزشک را مطلع کنید.

در صورت بروز هریک از علائم زیر مجدداً به اورژانس مراجعه نمایید: استفراغ و تهوع، خواب الودگی و گیجی، سردرد شدید که تا 4 ساعت پس از آسیب ادامه دارد، تشنج، تاری دید و ضعف بینایی، خونریزی یا ترشح مایع شفاف از بینی و یا گوش، اشکال در صحبت کردن، سفتی گردن و تب

مراقبت های لازم برای بیماران در منزل:

1. هنگام استراحت در منزل بهتر است جهت پیشگیری از مشکلات تنفسی و بهتر خارج شدن خلط سر تخت 30 درجه بالا باشد.

2. به منظور کاهش استرس و بی خوابی -محیط زندگی را آرام و ساکت بسازید و از وارد آمدن هیجان به بیمار خودداری کنید.

3. در چند روز اول از مصرف غذاهای سنگین پرهیز کنید و جهت جلوگیری از استفراغ غذا را در مقدار کم و وعده های بیشتری مصرف کنید.

4. داروهای خود را به صورت منظم و در ساعت تنظیم شده مصرف نمایید.

5. از انجام ورزشهای سنگین و فعالیت های که احتمال ضربه به سر را افزایش میدهند حداقل به مدت دو هفته پرهیز کنید.

6. جهت جلوگیری از یبوست بهتر است از غذاهای پرفیبر مانند سبزیجات و میوه هایی مانند: انجیر و الو زرد استفاده کنید.

7. طبق دستور پزشک فیزیوتراپی اندام ها را شروع کنید.

8. از حمام میتواند استفاده کند ولی بهتر است تا زمانی که بخیه ها کشیده نشده است سر خشک بماند.

9. از زور زدن خودداری کرده و از توالت فرنگی استفاده کنید.

10. در صورت جراحی سر - دو هفته بعد از عمل جراحی جهت کشیدن بخیه ها طبق دستور پزشک مراجعه کنید.

11. در صورت نیاز به مصرف طولانی مدت دارو قبل از اتمام داروها به پزشک معالج مراجعه نماید و داروهای خود را به صورت کامل مصرف نماید و از قطع آن بدون دستور پزشک خودداری کنید.

شکستگی لگن: لگن پایین ترین قسمت تنه است و در جایی قرار دارد که تنه به اندام پایینی مانند پاها متصل میکند استخوان لگن یک استخوان حلقوی است که در بالا به ستون فقرات متصل شده و در پایین به استخوانهای ران متصل می شود.

علائم شکستگی لگن: عدم تحمل سنگینی وزن بر روی طرف آسیب دیده، سفتی و کبودی و ورم در اطراف منطقه شکستگی، عدم حرکت بلافاصله بعد از زمین خوردن، درد شدید در قسمت جلوی ران و یا در کشاله ران، کوتاه شدن پای آسیب دیده

مراقبت ها:

-جهت ترمیم سریع تر محل زخم و استخوان از رژیم غذایی پر پروتئین -پرکالری و سرشار از ویتامین استفاده کنید

-از مصرف غذاهای کافئین دار اجتناب کنید-زیرا باعث افزایش دفع کلسیم از ادرار می شود و جوش خوردن را به تاخیر می اندازد.

-مایعات کافی مصرف کنید و از عفونت ادراری جلوگیری نمائید.

-در صورت استراحت در بستر از داروهای ضد انعقادی برای جلوگیری از لخته شدن خون در وریدها و اندا های تحتانی داده می شود. -کارت هویت پزشکی مبنی بر مصرف داروهای ضد انعقادی را همیشه همراه داشته باشید.

-داروهای تجویز شده از طرف پزشک معالج باید در فاصله زمانی معین مصرف گردد.بدون دستور پزشک داروی خود را قطع نکنید و از مصرف خودسرانه جلوگیری کنید.

-به دلیل مصرف داروهای ضد انعقادی آزمایشات خون که شامل: PTT,PT,INR می شود را طبق دستور پزشک به طور منظم انجام دهید.

-از ریش تراش برقی و مسواک نرم استفاده کنید و در صورت نیاز به تزریقات محل ان را به مدت 10 دقیقه فشار دهید.

-در صورت وجود هر گونه قرمزی -تورم- حساسیت-یا ترشح چرکی از محل زخم و یا بروز تب سریعاً به پزشک معالج مراجعه کنید.

-خونریزی از لثه و بینی-وجود خون در ادرار- مدفوع قرمز یا قیری رنگ-قائگی زیاد -زخم گلو -خستگی-و .. به پزشک مراجعه کنید.

دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان امام موسی کاظم (ع)

شهرستان زرین دشت

مراقبت از بیماران ترومایی (ضربه به سر و شکستگی لگن)



شناسنامه بروشور آموزشی	
عنوان	مراقبت از بیماران ترومایی
واحد	واحد آموزش سلامت همگانی
تهیه کننده	فاطمه صادقی نژاد(کارشناس پرستاری)
کد پمفلت	EMKP-HE-012-00
سال تهیه	1402
ناظر کیفی	دکتر امیرعباس صفری پور (متخصص جراحی عمومی)
QR CODE	