

استخوان لگن یک ساختمان حلقوی است که در بالا به ستون فقرات و در پایین با استخوان های ران مفصل می شود. وظیفه لگن انتقال نیروی وزن از تنه به اندام های تحتانی است. همچنین در موقع نشستن، وزن تنه مستقیماً از طریق لگن به زمین منتقل می شود. لگن همچنین ارگان های گوارشی و تولید مثل که عروق و اعصاب مهمی از آن عبور کرده است را احاطه کرده است.

### علل شکستگی لگن

\*استخوان لگن معمولاً در اثر سقوط از ارتفاع، تصادف با وسایل نقلیه و صدمات همراه با له شدگی دچار شکستگی می شود.  
\*ضعیف شدن استخوان در اثر پوکی استخوان، سرطان و ... نیز می تواند باعث حساس و شکننده شدن استخوان لگن شود.

### علائم و نشانه ها

کبودی، درد ناحیه لگن، احساس کرختی یا گز گز شدن در ناحیه جلوی لگن، ران ها و دستگاه تناسلی، عدم توانایی تحمل وزن بدن، درد شدید کمر

### درمان

درمان شکستگی لگن به دو روش جراحی و غیر جراحی انجام می شود، شکستگی لگن معمولاً با بستری شدن در بیمارستان و عمل جراحی ترمیم شکستگی یا جایگزینی تمام یا بخشی از استخوان لگن انجام می شود. درمان غیر جراحی شامل استراحت در بستر، درمان علائم و کنترل درد و ناراحتی بیمار می باشد.

### خود مراقبتی در منزل

۱. تا مدتی پس از جراحی ممکن است درد مختصری در محل جراحی احساس شود که به تدریج و طی ۱ تا ۲ هفته بعد از عمل از بین می رود. برای کاهش این درد پزشک معالج داروهایی را برای شما تجویز می کند، هر گونه افزایش در شدت درد که با مسکن آرام نمی شود باید به پزشک مراجعه کنید.

۲. ممکن است آنتی بیوتیک خوراکی تجویز شود تا در منزل مصرف کنید. این داروها به منظور پیشگیری از عفونت احتمالی محل جراحی تجویز شده است.

۳. داروهایی برای جلوگیری از لخته شدن خون در وریدهای اندام های تحتانی داده می شود که ممکن است تزریقی یا خوراکی باشد. این داروها تا مدت زمانی که پزشک مشخص کرده باید مصرف شود.

\*گاهی اوقات حتی با وجود مصرف این داروها خون در ورید های عمقی پا لخته می شود که علامت عمده این عارضه ورم کردن ساق پا است که باید در اسرع وقت به نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه کنید.

۴. در چند هفته اول بعد از شکستگی، باید مچ پای خود را به بالا و پایین حرکت دهید (هر دقیقه ۱۰ مرتبه). هدف از این کار افزایش جریان خون در ساق پا است تا از ایجاد لخته در وریدهای عمقی پیشگیری شود.

۵. پانسمان محل جراحی باید روزانه تعویض شود. معمولاً در هر روزی که پانسمان تعویض می شود، لکه های ناشی از ترشحات طبیعی زخم روی پانسمان دیده می شود که ممکن است ۱ تا ۲ هفته طول بکشد تا زخم خشک شود. اگر ترشحات زخم پس از این زمان ادامه داشت یا یکی از علائم تب، لرز، قرمزی و خروج ترشحات چرکی از محل جراحی را مشاهده کردید به پزشک معالج مراجعه نمایید.

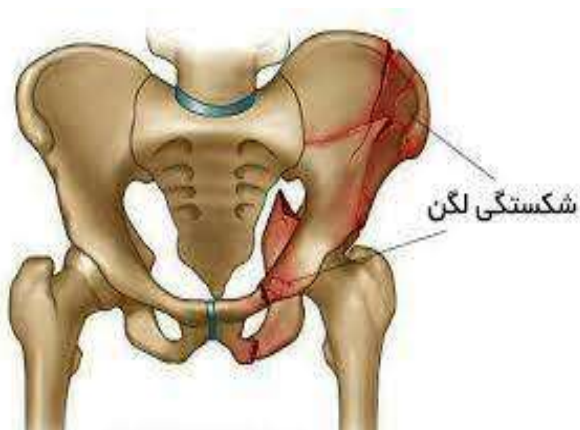
۶. بخیه ها بعد از ۲ تا ۳ هفته کشیده می شود.



## بیمارستان ۹ دی منظریه

### شکستگی لگن

کد پمفلت: SU-017



۱۲- برای پیشگیری از عوارض ریوی، هر یک تا دو ساعت تنفس عمیق و سرفه را انجام دهید.

۱۳- مقدار کافی مایعات مصرف کرده و هر ۳ ساعت یکبار ادرار کنند و در صورت بروز تب یا سوزش و درد در هنگام ادرار کردن به پزشک مراجعه کنید.

۱۴- در شکستگی اطراف مفصل ران در صورت مشاهده کوتاهی اندام، چرخش داخلی یا خارجی، درد شدید لگن و عدم توانایی حرکت در اندام که ممکن است دال بر در رفتگی پروتز باشد به پزشک معالج خود مراجعه کنید.

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	شکستگی لگن
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت
تأیید کننده علمی	سید مهدی جزایری
سمت	متخصص ارتوپدی
تاریخ تهیه	تابستان ۱۴۰۳
کد پمفلت	HE-bl(su)-017-01

۷- پس از جراحی می توانید با عصای زیر بغل یا توسط واکر راه بروید ولی نباید تا زمانی که پزشک اجازه نداده، اندامی را که جراحی شده است به زمین بگذارید.

۸- در چند هفته اول بعد از شکستگی، باید بطور مرتب مچ هر دو پای خود را به بالا و پایین حرکت دهید. بعد از جوش خوردن شکستگی باید نرمش و فیزیوتراپی تا مدتها ادامه یابد تا حرکت مفصل به حالت اولیه برگردد.

۹- از انداختن پاها روی هم و خم کردن مفصل ران بیش از ۶۰ درجه اجتناب کنید و وقتی در تخت به پشت می خوابید برای راحتی بیشتر یک بالش را در زیر زانوهای خود قرار دهید یا وقتی به طرف سالم می خوابید می توانید یک بالش را بین ساق های خود قرار دهید.

۱۰- موادی مثل شکر، نمک، الکل، کافئین و گوشت قرمز، روغن جامد، شیر پرچرب، میتواند موجب ضعیف شدن استخوان و کند شدن روند ترمیم شکستگی استخوان شوند. کافئین موجب افزایش دفع کلسیم از ادرار می شود.