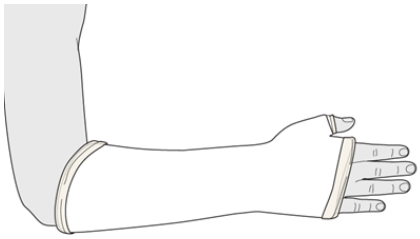
راهنمای آموزش به بیماران دارای آتل

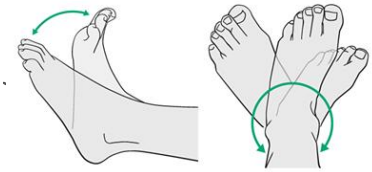
آتل بندی پا یا دست یک روش درمانی است که درصورت آسیب استخوان برای ثابت نگه داشتن و حفظ موقعیت صحیح آن و حمایت و محافظت از بافت نرم استفاده می‌شود. این فرایند منجر به ترمیم درست و بهبودی سریع‌ترو کاهش درد و تورم انقباض عضله می‌گردد.

ورم ناشی از آسیب ممکن است باعث ایجاد فشار در آتل یا گچ در روز اول تا سوم شود. لذا کاهش تورم بسیار حائز اهمیت است .برای کاهش تورم باید به موارد زیر توجه کرد:

بالا نگهداشتن عضو آسیب دیده : به منظور کاهش درد و تورم و کمک به خونرسانی بهتر ، عضو آسیب دیده را با قرار دادن بر روی بالش یا چند تکیه‌گاه دیگر در سطح قلب یا کمی بالاتر از قلب قرار دهید.



در مورد پاها با قرار دادن یک بالش زیر عضو در حالت دراز کش و در حالت نشستن با قرار دادن پا بر روی صندلی و در مورد دستها با قرار دادن دست بر روی بالش به هنگام خواب و د
نشسته عضو خود را بالا نگه دارید.

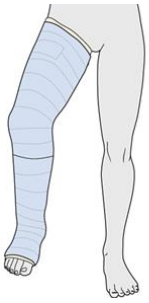


به منظورحفظ عملکرد طبیعی و پیشگیری از خشک شدن مفاصل انگشتان پای خود را به آرامی و به صورت متناوب حرکت داده آنها را منقبض و سپس توسط پزشک معالج و پرستار را انجام دهید .

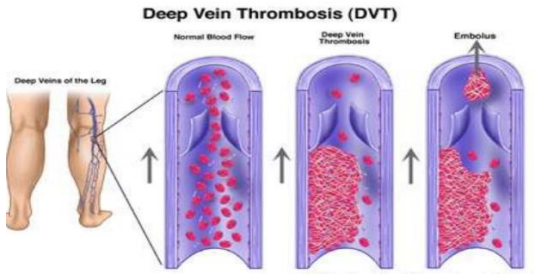
- استفاده از کیسه یخ : ازکیسه یخ بر روی اتل و گچ استفاده کنید. کیسه یخ را هر یک ساعت ۲۰ دقیقه روی آتل قرار دهید
- علائم هشدار :سندرم کمپارتمان یک وضعیت اورژانس است که در آن فشار داخل یک فضای بسته عضلانی افزایش می یابد.این افزایش فشار باعث آسیب عضلانی و اعصاب می گردد..
- اگر هر یک از علائم زیر را تجربه می‌کنید، سریعا با بیمارستان تماس بگیرید.
- افزایش درد شدید مقاوم به مسکن
- احساس فشار و سفتی عضو در لمس بسار سفت متورم می شود
- احساس سوزن سوزن شدن خواب رفتگی یا بی حسی در اندام

رنگ پریدگی - سردی عضو- سیاه شدن بستر ناخن ها

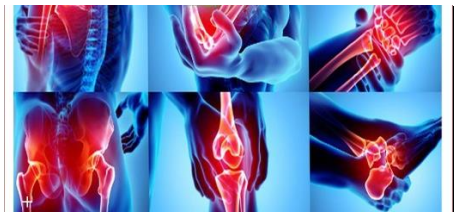
فقدان حرکت فعال انگشتان دست یا پا به یک ارزیابی فوری توسط پزشک شما نیاز دارد.



- به منظور کاهش عوارض محدودیت حرکتی در اندام تحتانی و پیشگیری از لخته شدن خون در عروق به شما معمولا دارو توصیه می شود لذا حتما آن را به موقع و در ساعات مشخص شده مصرف نمایید .



- در صورت تجویز داروی مسکن و ضد التهاب توسط پزشک معالج آن را در ساعت مشخص شده استفاده نمایید .



- جهت ادامه و یا پایان درمان خود در روزهای مشخص شده به درمانگاه پزشک معالج خود مراجعه نمایید
- شماره های نوبت دهی بیمارستان اختر ۲۲۶۳۱۲۴۰ و ۲۲۶۳۵۸۴۸
- سایت نوبت دهی بیماران **akhtar.nobat.sbmu.ac.ir**