



بیمارستان خیریه امام سجاد (ع)

آموزش به بیمار

ضربه به قفسه سینه



بیمارستان خیریه امام سجاد (ع)

واحد آموزش به بیمار

از مصرف سیگار و قلیان و تماس با هر گونه دود کاملاً خودداری کنید.

از پله ها تا حد امکان بالا نروید و در صورت لزوم به آهستگی و دست خود را بر روی قسمت دردناک قفسه سینه قرار دهید.

از رانندگی طولانی مدت و دوجرخه سواری پرهیز نمایید.

تغذیه در بیماران دچار ضربه قفسه سینه:

از غذاهای دارای فیبر فراوان مثل سبزیجات تازه سوپ سبزیجات و میوه های مثل آلو کیوی انگور انجیر طالبی بیشتر مصرف نماید و از بی تحرکی کامل پرهیزد . از زور زدن اجتناب نماید پس از غذاهایی که باعث یبوست میشوند اجتناب نماید.



منبع : دستورالعمل ترخیص از اورژانس دیتا معاونت درمان دانشگاه

علوم پزشکی مشهد WWW.medlineplus.com1399

آدرس : مشهد، بلوار شهید آوینی (گلشهر) ، شهید آوینی ۳۳،

بیمارستان امام سجاد (ع)

تلفن: ۰۵۱۳ ۲۵۹۰۱۳۳ بخش اورژانس داخلی ۱۰۷

سایت بیمارستان:

<http://sajjadhospital.com/>

کاهش فعالیت و باز نشدن کامل ریه ها باعث بروز عفونت می شود، بنابراین طبق دستور پزشک معالج، هر ۱-۲ ساعت ۱۰ بار نفس های کاملاً عمیق بکشید به طوری که قفسه سینه کاملاً باز شود و هر بار ۳ ثانیه نفس خود را نگاه دارید و بعد بیرون بدهید، این کار ممکن است باعث احساس درد شود.

در صورت بروز سرفه به هیچ وجه جلوی آنرا نگیرید و به طور کامل سرفه کنید، سرفه کردن با تخلیه ترشحات ریه باعث کاهش احتمال بروز عفونت می شود. در هنگام سرفه یا نفس عمیق می توانید جهت جلوگیری از درد یک بالش را به قسمتی از قفسه سینه که دچار ضربه و احساس درد در شما می شود، فشار دهید تا میزان درد را کاهش دهد.

در صورت تجویز داروی خاصی مانند آنتی بیوتیک توسط پزشک معالجتان، دارو را سر وقت خورده و دوره درمان را کامل کنید.

تا بهبود کامل از فعالیت پیوسته و شدید مثلاً بلند کردن اجسام سنگین انجام فعالیت های ورزشی سنگین و شنا کردن خودداری نماید.

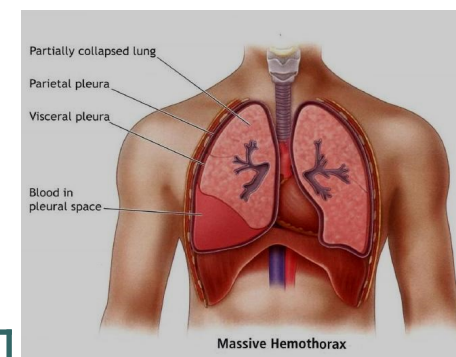
مطالب پیش روی شما محتوی مطالب آموزشی برای مراقبت از بیماریتان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید .



قفسه سینه بدلیل وجود اندامهایی مثل ریه، قلب، عروق بزرگ و نای از اهمیت ویژه برخوردار است

شکستگی دنده :

شکستگی دنده بر اثر سقوط برخورد بافرمان اتومبیل حین تصادف اعمال فشار غیر مستقیم مثلاً فشار حاصل از آوار ایجاد می شود که اغلب شکستگی در قسمت میانی دنده رخ می دهد. آسیب ها و ضربات پی در پی وارد شده به قفسه سینه در اثر ورزش هایی مثل قایقرانی نیز می تواند باعث شکستن دنده ها شود.



آسیب های ریه:

اندامهای داخل قفسه سینه توسط دو پرده بنام پرده های جنب احاطه شده اند که مایعی بسیار اندک و لزج بین این پرده ها (فضای جنب) باعث باز و بسته شدن آسان ریه ها در هنگام تنفس می شود.

سوراخ شدن ریه

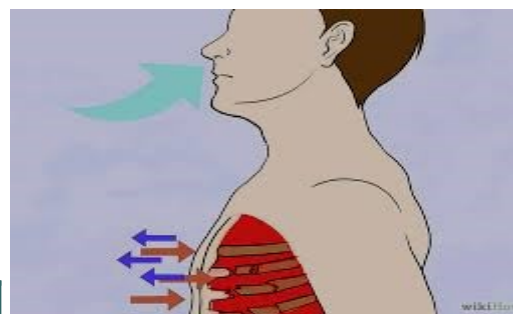
لبه تیز استخوان شکسته دنده در قسمت میانی قفسه سینه می تواند باعث سوراخ شدن ریه ها و جمع شدن آنها شود.

وجود هوا و یا خون در ریه

در شکستگی دنده ممکن است پرده جنب سوراخ شده و هوا و یا خون وارد فضای جنب شود .

کوفتگی ریه :

در اثر پارگی مویرگهای ریوی و خونریزی به داخل بافت ریه و کیسه های هوایی ایجاد می شود .



علائم آسیب قفسه سینه کدامند؟

درد در محل آسیب که با تنفس تشدید می شود ، سیاه شدن لبها و بستر ناخنها، حرکت پره های بینی ، فرو رفتن پوست بین دنده ها

صدمات قفسه سینه چگونه تشخیص داده می شوند؟

عکس و سی تی اسکن قفسه سینه

صدمات قفسه سینه چگونه درمان می شوند؟

استفاده از مسکن و آرام بخش برای کاهش درد

دادن فرصت جهت انجام تنفس عمیق و سرفه

استراحت در تخت و بی حرکت سازی محل شکستگی

در صورت وجود خون یا هوا در فضای جنب ، گذاشتن

لوله سینه (چست تیوب) ا تخلیه خون و هوا به باز

شدن ریه و کاهش دردکمک می کند.

آموزش در هنگام ترخیص :

☼ توصیه می شود از افرادی که عفونت تنفسی و آنفلوآنزا دارند پرهیز نماید.

☼ از بستن قفسه سینه مثلا با پارچه یا باند خودداری کنید.