



شکستگی فقرات

فقرات انسان از هفت مهره گردنی ، دوزاده مهره سینه ای ، پنج مهره کمری و ساکروم و دنبالچه تشکیل شده است که بسته به نوع و مقدار ضربه و مهره آسیب دیده علایم ، درمان و مراقبت خاصی مورد نیاز است

علل و منشاء بیماری:

علل شکستگی فقرات اکثرا بخاطر فشار ، ضربات مستقیم ، تروما بوده ولی بعضی شکستگی های پاتولوژیک مانند بیماری های نیز می تواند باعث شکستگی گردد

علائم و نشانه های بیماری:

علائم بالینی رایج شکستگی های ستون فقرات معمولا شامل یک یا ترکیبی از علائم زیر هستند:
بروز ناگهانی درد کمر
عدم حرکت اندام ها مخصوصا پاها
تشدید درد در هنگام ایستادن یا راه رفتن
کاهش درد در هنگام دراز کشیدن بر روی کمر
کاهش امکان تحرک ستون فقرات
کاهش قد
تغییر شکل و معلولیت

تشخیص بیماری:

تشخیص شکستگی مهره با انجام روش های تشخیصی انجام میگردد و میزان آسیب و تصمیم گیری برای درمان با روش های تشخیصی دقیق مانند ام آر ای و اسکن صورت میگیرد

مراحل و طول مدت درمان:

درمان متداول برای شکستگی های فشاری مهره های کمر در ناحیه سینه شامل موارد زیر است: داروهای مسکن، کاهش فعالیت و استفاده از بريس. در برخی موارد، انجام جراحی نیز لازم است
هدف از درمان و جراحی فقرات شامل:
تنظیم و تراز ستون فقرات.
ستون فقرات را در دوران بهبود ثابت نگه داشتن
با محدود کردن حرکت، درد را کنترل کنیم
از ایجاد فشار بر نخاع که ممکن است اثرات جبران ناپذیری با بار آورد جلوگیری کنیم

آموزش خودمراقبتی:

- خود مراقبتی این بیماران شامل موارد زیر می باشد
- از برداشتن اجسام سنگین خودداری کنید
- بجای برداشتن اجسام سعی کنید آنها را هل دهید
- در طول روز از کمر بند استفاده کنید
- به توصیه های پزشک و پرستار دقیقاً عمل کنید
- تحت نظر پزشک معالج خود باشید
- به وزن ایده آل برسید
- راه رفتن در آب و شنا کردن کمک شایانی به شما میکند
- موقع ایستادن خم نشوید
- اگر قرار است مدت طولانی بایستید یک چهارپایه داشته باشید و روی آن بنشینید
- فیزیوتراپی تحت نظر متخصص بنابه توصیه پزشک انجام گردد
- کنترل دقیق علایم هشدار توصیه شده توسط پزشک و پرستار
- عدم انجام کار سنگین