

آسیب به قفسه سینه باعث آسیب به اندام ها و اختلال در برون ده قلب ، کاهش فشار خون و کاهش خورسانی به اندام های حیاتی می شود

انواع آسیب های قفسه سینه عبارتند از :

نافذ یا باز : صدمات نفوذی هنگام وارد شدن جسم خارجی به قفسه سینه ایجاد می شود

غیر نافذ یا بسته : سطح پوست سالم است اما شکستگی دنده ها ممکن است باعث پارگی اندام های حیاتی شود.

درمان:

- اکسیژن درمانی
- پوشاندن زخم های باز قفسه سینه
- مایع درمانی و شروع سرم
- لوله گذاری داخل نای در برخی موارد که مشکل تنفسی ایجاد شده باشد
- کشیدن خون اطراف قلب در صورت تجمع خون در پرده اطراف قلب
- کنترل درد
- گذاشتن لوله در قفسه سینه یا چست تیوب جهت خارج کردن خون و هوای وارد شده به قفسه سینه

تغذیه:

- ✓ سعی کنید در زمان ابتلا به بیماری و استراحت مایعات بیشتری استفاده نمایید
- ✓ غذا خوردن به مقادیر کم و دفعات زیاد
- ✓ اجتناب از مصرف غذاهای دیر هضم و نفاخ
- ✓ اجتناب از مصرف الکل و نوشیدنی های کافئین دار
- ✓ جهت جلوگیری از یبوست استفاده از سبزیجات و میوه ها و مایعات

مراقبت

- ✓ از دستکاری سرم ها و رابط های متصل به خود دوداری کنید.
- ✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات الزم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.
- ✓ در صورت خونریزی از محل تعبیه لوله قفسه سینه و خیس شدن پانسمان به پرستاران بخش اطلاع دهید.
- ✓ در صورت تنگی نفس اطلاع دهید تا برای شما اکسیژن بگذارند.

✓ از دستکاری میزان اکسیژن خودداری نمایید

از استعمال دخانیات خصوصاً سیگار و قلیان خودداری نمایید.
✓ از بلند صحبت کردن، فریاد و صحبت های سریع و طولانی، خندیدن یا آواز خواندن اجتناب کنید.

✓ استراحت در حالت نشسته ممکن است برای بیمار راحتتر باشد.

✓ در صورتی که مراقبت در منزل انجام میشود، اندازه گیری مرتب فشار خون، تعداد ضربان قلب و تنفس ضروری است.

✓ از هرگونه آلودگی هوا اجتناب نمایید.

✓ از حضور در مکان های شلوغ و پر رفت و آمد و عمومی دوری کنید.

✓ از عطر و ادکلن و ... تا زمانی که پزشک اجازه نداده است استفاده نکنید.

✓ از هواپیما جهت مسافرت استفاده نکنید.

✓ در زمان ابتلا به بیماری غواصی نکنید.

✓ از کشیدن لوله تعبیه شده و یا خوابیدن بروی لوله اجتناب نمایید.



دانشگاه علوم پزشکی و

خدمات بهداشتی درمانی آذربایجان غربی

بیمارستان مهرشهرستان تکاب

خود مراقبتی بیماران

ترومای قفسه سینه

مورد تایید سرپرست علمی بخش

آدرس: بلوار چملی - جنب پمپ بنزین موسوی -

بیمارستان مهر



Email: tekab_amoresh.umsu.ac.ir

واحد آموزش سلامت

در صورت داشتن مشکل لطفا با تلفن
۴۵۵۲۸۸۱۶ و داخلی ۱۲۶ سوپروایزر آموزش

سلامت تماس بگیرید

بازنگری بهار 1403

5

فعالیت

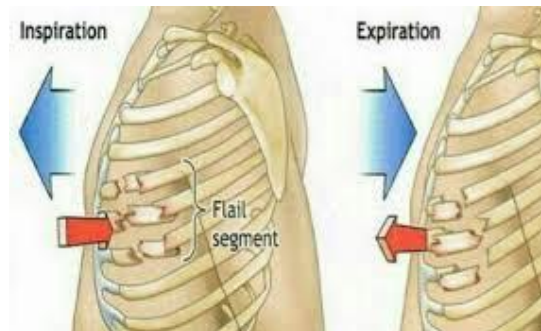
✓ تا دو هفته اول بیماری استراحت نمایید و از انجام ورزش خودداری کنید.

✓ در صورت اجازه پزشک می توانید ابتدا ورزش های سبک انجام دهید.

✓ به طور مکرر در بین فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری استراحت کنید.

✓ از انجام ورزش های سنگین اجتناب نمایید.

✓ هرچه سریعتر با بهبود علائم و در صورت اجازه پزشک فعالیت طبیعی خود را از سر بگیرید.



منبع: کتاب جامع اورژانس ها دکتر سید علی مجیدی - دکتر معصومه اصغر نیا

4

✓ نفس خود را درون ریه ها حبس نکنید.

✓ از بلند کردن وسایل سنگین خودداری نمایید.

✓ از تماس با افراد بیمار بخصوص سرماخوردگی خودداری کنید. از سرما و گرمای شدید دوری کنید.

✓ برای اطمینان از صحت کارکرد لوله به تشکیل حباب در داخل محفظه شیشه ای دقت نمایید. از پرستار خود بخواهید تا کارکرد آن را به شما یاد بدهد.

✓ در صورت مشاهده خروج هر نوع مایع چرکی و خیس شدن پانسمان به پرستار خود اطلاع دهید.

✓ پانسمان محل لوله قفسه سینه را تا معاینه مجدد توسط پزشک باز نکنید.

