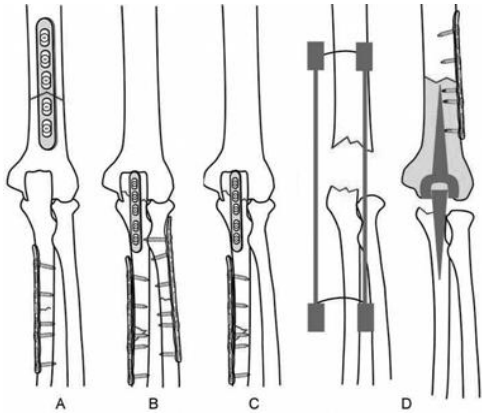


การผ่าตัดตามเหล็กภายในกระดูก

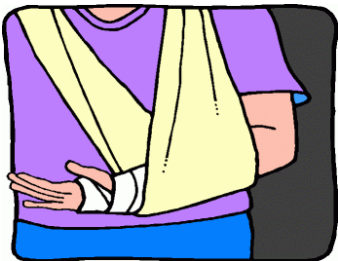
การผ่าตัดตามเหล็กภายใน

กระดูก คือ การผ่าตัดจัดกระดูกที่หักให้เข้าที่ แล้วใช้โลหะยึดตรึงไว้ วัสดุที่ใช้ตามเป็นโลหะพิเศษ ที่ไม่มีปฏิกิริยาเป็นพิษต่อร่างกาย ไม่สึกกร่อนหรือเป็นสนิม



ข้อแทรกซ้อน

- แผลผ่าตัดอักเสบ ติดเชื้อ
- เหล็กที่ใช้ตามหัก



การดูแลตนเองหลังผ่าตัดตามเหล็กภายในกระดูก

1. การรับประทานอาหาร

รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ได้แก่ ไข่ นม เนื้อสัตว์ต่างๆ ผัก ผลไม้



2. การดูแลบาดแผลหลังผ่าตัด

- ตัดไหม แผลแห้งดีแล้วสามารถอาบน้ำได้ตามปกติ
- เมื่อปวดแผล รับประทานยาแก้ปวดได้ทุก 4 – 6 ชั่วโมง แต่ไม่ควรรับประทานตอนท้องว่าง
- เมื่อมีอาการบวม แดง ร้อน หรือมีหนองไหลจากแผลหรือปวดแผลมากผิดปกติ ให้มาพบแพทย์

3. การดูแลบริเวณที่ตามเหล็ก

- 3 เดือนแรกไม่ควรยกของหนัก และใช้ไม้ค้ำยันช่วยเดิน
- ระวังไม่ให้เกิดบาดแผล หรือกระแทกบริเวณที่ตามเหล็ก
- ถ้ามีการโก่งบริเวณที่ตามเหล็ก ห้ามลงน้ำหนัก และรีบมาพบแพทย์ทันที
- ควรมาผ่าตัดเอาเหล็กออก เมื่อกระดูกติดดี 1 – 2 ปี
- ควรมาพบแพทย์ตามนัดทุกครั้ง

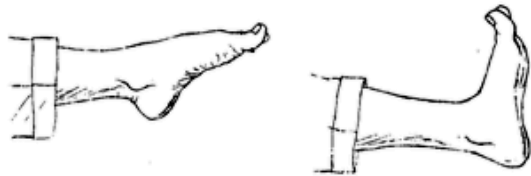


4. การออกกำลังกาย

- บริหารข้อเข่า โดยนั่งบนเตียง หรือเก้าอี้ แล้วงอ -เหยียดขา



- บริหารข้อเท้า โดยกระดกข้อเท้าขึ้น - ลง หมุนข้อเท้า



- บริหารกล้ามเนื้อต้นขา โดยเกร็ง - คลาย กล้ามเนื้อต้นขา



หมายเหตุ

การออกกำลังกายที่ต่าง ๆ ควรทำอย่างน้อย 10 - 15 ครั้ง วันละ 2 ครั้ง หรือบ่อยครั้งเท่าที่ทำได้

ควรบริหารกล้ามเนื้อส่วนอื่น ๆ ด้วยเพื่อช่วยให้กล้ามเนื้อต่าง ๆ แข็งแรง

ด้วยความปรารถนาดี จาก ... หอผู้ป่วยตลยกรรมกระดูก



การดูแลผู้ป่วย ผ่าตัดตามหลัก



เรียบเรียงโดย ... หอผู้ป่วยตลยกรรมกระดูก

โทร. 056 - 219888 ต่อ 1406

ผลิตโดย ... กลุ่มงานสุขศึกษา

โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ จังหวัดนครสวรรค์

โทร. 056 - 219888 ต่อ 5200, 9801