

تاندون ها بافت هایی به شکل طناب هستند که عضله را به استخوان متصل می کنند. با انقباض عضله، تاندون حرکت می کند و با حرکت تاندون استخوان و مفصل هم حرکت می کنند. قسمت اعظم عضلاتی که موجب حرکت انگشتان دست می شوند در ساعد قرار داشته و توسط تاندون های بلندی به انگشتان متصل می شوند.

آسیب تاندون انگشت

شایع ترین آسیب تاندون های دست پارگی آنها است و شایع ترین علت پارگی تاندون ها اصابت اجسام تیز و برنده مثل چاقو، شیشه یا لبه ی تیز فلزات است.

گاهی اوقات پارگی تاندون خم کننده ی انگشت، به علت راست شدن شدید یک انگشت ایجاد شده است. مثلاً وقتی یک ورزشکار رزمی، لباس حریف را گرفته و حریف با عقب رفتن سعی در خارج کردن لباس از دست وی می کند مفصل انتهایی انگشت وی به ناگهان از حالت خم شده راست می شود و همین حرکت می تواند به علت وارد آوردن کشش زیاد روی تاندون خم کننده ی عمقی انگشت موجب پارگی آن شود .

چون در انگشتان دست، اعصاب بسیار نزدیک به تاندون ها قرار گرفته اند، در بسیاری از موارد همراه با آسیب تاندونی، عصب هم آسیب دیده است. در بیماری التهاب مفصل ، تاندون های خم کننده ضعیف می شوند و ممکن است بدون

اینکه نیروی زیادی به آنها وارد شود پاره شوند.

علائم پارگی تاندون دست

مهمترین آنها عبارتند از :

- ناتوانی در حرکت دادن مفصل انگشت
- باز ماندن انگشتی که تاندون آن پاره شده است
- درد در هنگام خم کردن انگشت
- زخم در سطح کفی انگشت
- تورم خفیف روی مفصل انتهایی انگشت در سطح کفی
- درد در حین لمس قسمت کفی انگشت

درمان پارگی تاندون دست

درمان پارگی تاندون های انگشتان در اکثر قریب به اتفاق موارد عمل جراحی است . جراحی هرچه زودتر انجام شود نتایج بهتری دارد. در حین جراحی پزشک دوسر تاندون را در کنار هم قرار داده و بخیه می زند. بعد از اتمام جراحی، دست در قالب گچی قرار داده می شود تا حمایت شود .

دستورات پزشک ارتوپد در مورد طرز تعویض پانسمان یا طرز نگهداری آتل یا حرکت دادن یا ندادن انگشت دست بعد از جراحی، اهمیت زیادی برای رسیدن به نتیجه مطلوب دارد.

جراحی تاندون های دست یکی از جراحی هایی است که

نیازمند همکاری بسیار نزدیک بیمار با پزشک است. بدون رعایت دقیق و کامل توصیه های پزشک نتیجه ی مطلوب از جراحی حاصل نمی شود.

آموزش به بیمار

- دست خود را بالاتر از سطح قلب قرار دهید.
- به پانسمان و زخم خود دست نزنید.
- در صورت داشتن درد پرستار را آگاه کنید .
- در صورت داشتن تب ، ترشح ، قرمزی در ناحیه ی عمل که علائم احتمالی عفونت است پزشک یا پرستار را مطلع نمایید .
- بدون اجازه ، پانسمان ناحیه ی عمل را تعویض نکنید .

نکات بهداشتی درمانی

پیشگیرانه مهمی که بیماران

در طول بستری در این

بخش بایستی رعایت کنند :



۱- شستن به موقع دستها با آب و صابون بعد از استفاده از سرویس بهداشتی ، قبل از صرف غذا و در صورت مشاهده





بریدگی تاندون دست

واحد آموزش بیمارستان شفا سقز

۸- جهت دفع ظروف غذا ، جعبه ی شیرینی ، باقیمانده موادغذایی و سایر زباله های غیر عفونی از سطل زرد استفاده نکنید .



۹- عدم استعمال دخانیات در بیمارستان به منظور بهبود هر چه سریع تر بیماری و جلوگیری از آلودگی هوا.

۱۰- از آوردن پتو ، بالش و هرگونه زیر انداز خودداری کنید.
۱۱- در زمان بستری در بخش با صدای آرام صحبت کنید تا باعث مزاحمت دیگران نشوید .

منابع :

- (۱) بروئر - سودارث - پرستاری داخلی جراحی (ارتوپدی) ۲۰۱۰- نوبت چاپ = ۱۲
- (۲) <http://www.iranorthoped.ir/fa/news/216>

هرگونه آلودگی واضح در دست ها .



۲- رعایت بهداشت فردی ، شستشوی به موقع سر و بدن برای جلوگیری از ایجاد بوی نامطبوع در بدن.

۳- استفاده از ظروف مربوط به ادرار و مدفوع به صورت شخصی ، شستشوی مناسب و خشک کردن آن پس از هر بار استفاده و قرار دادن ظروف در جایگاه مخصوص (فضای خالی قسمت پایین هر کمد) .

۴ - تمیز و مرتب نگه داشتن فضای اطراف خود و جلوگیری از قراردادن هرگونه وسیله ی شخصی مستقیماً روی زمین.



۵- استفاده از میز غذا هنگام صرف غذا و عدم استفاده از ظرف غذا مستقیماً بر روی تخت.



۶- در صورت عدم استفاده از غذا در زمان مقرر ، مواد غذایی را در یخچال بخش قرار دهید.

۷ - از دستکاری زخم پرهیز نموده و در صورت بروز هرگونه مشکل پرستار بخش را مطلع نمایید