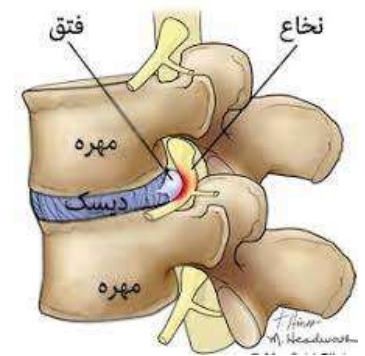


فتق دیسک بین مهره ای

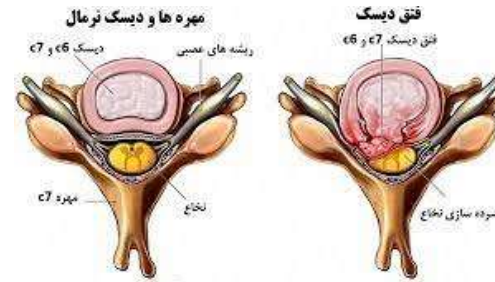


عارضه ای است که به علت ضربه یا بلند کردن جسم سنگین و یا گاهی خود به خود در ستون فقرات ایجاد می شود.

در این عارضه قسمت مرکزی دیسک به سمت لبه ای دیسک رانده می شود و در نتیجه دیسک را تحت فشار قرار داده و معمولاً قبل از پاره شدن مادر دیسک تغییرات فرسایشی همراه با درد به مرور زمان رخ می دهد.

چون در ناحیه کمر دیسک های (L4-L5) و (L5-S1) مورد فشار قرار می گیرند. درد عصب سیاتیک به وجود

می آید. این درد با خم کردن ستون فقرات، نشست، سرفه و عطسه زیاد می شود و با استراحت کم می شود.
علائم: درد، سختی در گردن، سفتی در شانه ها و کتف، گزگز و کرختی در گردن، ضعف و اختلالات حسی در اندام تحتانی همراه با تغییرات در حس و رفلکس ها بوجود می آید.



تشخیص:

در درجه اول مراجعه به پزشک جراح مغز و اعصاب، میلیوگرام، ام آر آی، سی تی اسکن

درمان:

درمان غیر جراحی و جراحی

درمان غیر جراحی: مراقبت در منزل که استفاده از کمپرس گرم و مرطوب در ناحیه درد به مدت 20 دقیقه که چند بار در روز می باشد. خوابیدن روی تشک سفت به مدت دو هفته، بی حرکت کردن ستون مهره ها و گردن با کمربند طبی (حتی الامکان پشت میله دار). کاهش وزن

درمان جراحی که به صورت باز کردن و برش جراحی است .

مراقبت پس از عمل جراحی:



بستن کمربند در موقع راه رفتن و یا نشستن. خودداری از رانندگی به مدت 2 ماه، بالا رفتن از پله ها، استفاده از صندلی برقی، حرکات ایزومتریک گردن و دست به آرامی. در صورت بی اختیاری در تخلیه مثانه یا روده به



منبع: بروزر و سودارث ۲۰۱۸



پزشک مراجعه فرمائید. اجتناب از ورزش در محیط باز یا در معرض سرما. استفاده از پارچه لوله شده در ناحیه گودی کمر موقع خوابیدن بالش برای نشستن. زمانی که ایستادن طولانی دارید یک پا روی چهارپایه یا پله قرار گیرد.

هر گونه ضعف و یا مورمور شدن یا بی حسی و یا عدم حس در حرکت انگشتان پا سریع به پزشک اطلاع دهید.

استفاده از دستشویی فرنگی، محدود کردن حرکات اضافی کمر و اجتناب از پوشیدن کفش های نامناسب و پاشنه بلند. در صورت بروز هر گونه علائم مشکوک مثل تب، قرمزی محل زخم، ترشحات از محل بخیه ها، تورم، سفت شدن و زیاد شدن درد. سر درد شدید. کمر درد پس از سه هفته از زمان عمل ترشح مایع شفاف و یا کمی زرد رنگ از پانسمان فوراً به پزشک اطلاع دهید.

فتق دیسک بین مهره ای مراقبت های پرستاری قبل و بعد از عمل دیسک کمر	عنوان
شیما سادات موسوی نسب لیلا انصاری	تهیه کننده
سر پرستار	سمت
کمیته آموزش به بیمار	تایید کننده
زمستان 1401	سال تهیه
واحد آموزش	ناظر کیفی
دکتر برزیده	مسئول علمی بخش: