

## کنتراکچر چیست؟

کنتراکچر به معنای کوتاه شدن طول عضلات تاندون ها و یا رباط ها یا پوست می باشد.



کنتراکچر علل گوناگونی دارد ولی زمینه ساز اصلی آن بی حرکتی طولانی مدت مفصل بعد از آسیب یا بیماری است.

در صورتی که کنتراکچر کم باشد ممکن است با انجام نرمش های کششی یا فیزیوتراپی بتوان آن را برطرف کرد ولی در صورت شدید بودن درمان آن نیازمند عمل جراحی است.

## برخی از خطرات جراحی شامل :

- خونریزی
- عفونت
- ترمیم طولانی
- عوارض بیهوشی
- تغییر در حس پوستی
- نا منظمی حاشیه پوست
- آلرژی و حساسیت به نوار چسب بخیه
- درد که ممکن است پایدار باشد
- صدمه به اعضای عمقی تر مانند اعصاب، عروق خونی و عضله ها که می تواند دائمی یا موقت باشد
- نیاز به جراحی های مجدد

## آمادگی های لازم قبل از عمل :

- شب قبل از عمل استحمام نمایید.
- در صورت مصرف آسپیرین و یا هپارین، یک هفته قبل از عمل دارو را پس از مشورت با پزشک معالج قطع نمایید.

- از شب قبل از عمل ناشتا باشید.
- در صورت داشتن حساسیت به دارو یا مواد غذایی به پزشک خود اطلاع دهید.

## مراقبت های لازم در منزل :

- محل آسیب دیده از نظر قرمزی تورم و سایر علائم عفونت بررسی شود.
- از شستشوی بیش از حد پوست، فشار یا مالش زیاد خودداری کنید.
- در بیماران با محدودیت حرکتی، جهت جلوگیری از عوارض پوستی هر ۲ ساعت یکبار تغییر پوزیشن انجام شود.
- توجه داشته باشید که استفاده کامل داروها ضروری است.
- رعایت رژیم غذایی پرپروتئین ضروری است.
- از ماساژ بر روی برجستگی های استخوانی اجتناب نمایید، زیرا احتمال آسیب بافتی را افزایش می یابد.

## کنتراکچر سوختگی (Contracture)



تلفن های بیمارستان:

• ۵۲۸۸۸۲۸۲

تلفن های گویای بیمارستان (نوبت دهی):

• ۶۷۳۹۵۰۶۰

پیامک بیمارستان

• ۳۰۰۰۲۴۰

وب سایت:

[razihos.tums.ac.ir](http://razihos.tums.ac.ir)

ایمیل:

[razihospital@sina.tums.ac.ir](mailto:razihospital@sina.tums.ac.ir)

تهیه کننده: کارگروه آموزش سلامت

بیمارستان رازی

GOR-Pa-04-03

جهت جلوگیری از فشار بر محل  
آسیب دیده، از تشک و بالش  
مناسب استفاده نمایید.

در بالای مناطق سوخته و جراحی  
شده از لباس های تنگ استفاده  
نمایید.

دستور پزشکی خود را حتما انجام  
دهید.

از دارو های مسکن تجویز شده  
استفاده کنید.

برای پیشگیری از یبوست ناشی از  
مصرف داروهای مسکن، به  
میزان کافی مایعات مصرف کنید.

به یاد داشته باشید که

ایجاد تغییر در شیوه

زندگی نیاز به زمان دارد.