

خدمة الطوارئ

جبيرة للركبة

إرشادات للعودة إلى المنزل



تحتاج إلى ارتداء جبيرة في الركبة. يقدّم لك هذا المستند معلومات حول العلاج والمراقبة التي يجب اتباعها عند الخروج من المستشفى.

لماذا يجب عليك ارتداء جبيرة؟

☐ إصابة في الأربطة

☐ كسر

☐ خلع في الرضفة

☐ جرح

☐ غير ذلك: _____

ستساعدك جبيرة الركبة على تثبيت مفصلك وتخفيف الألم.

ما هو علاجك؟

يرجى ارتداء الجبيرة ليلاً ونهاراً حتى يتم إعادة تقييم الحالة من قبل الأخصائي. يمكنك خلعها للاستحمام مع الحرص على تجنب الحركات الملتوية.

التوجيهات التي يجب اتباعها

الراحة	لتجنب التورم احرص على أخذ فترات راحة. تجنّب البقاء واقفاً طوال اليوم.
ساق مرفوعة	لتجنب التورم ارفع الساق إلى الوضع الأفقي في أقرب وقت ممكن.
استخدام الثلج	لتجنب التورم ضع كيس ثلج وفقاً للإرشادات التالية: اليومان الأولان: 10 دقائق، 10 مرات في اليوم. من اليوم الثالث إلى اليوم التاسع: 10 دقائق، مرتين في اليوم.
المشي (يحدده الطبيب المعالج)	☐ امش مع حمل وزن حسب درجة الألم دون استخدام عكاز. ☐ امش مع حمل وزن حسب درجة الألم مع استخدام عكاز. ☐ امش بمساعدة عكاز دون أن تضع قدمك على الأرض من الجانب المصاب.
الرياضة	لا تمارس الرياضة حتى يتم إعادة تقييم حالتك من قبل الأخصائي.
الأدوية	تناول الأدوية وفقاً للتعليمات المقدمة من الفريق الطبي والمسجلة في وصفة طبية.

ما الذي سيحدث بعد ذلك؟

يُستكمل من قِبل الطبيب المعالج:

- لديك موعد في عيادة جراحة العظام في _____ الساعة _____
(إذا كانت لديك أي عائق أو ترغب في تعديل تاريخ هذا الموعد،
يرجى الاتصال بالسكرتارية في أقرب وقت ممكن على 021 314 27 98).
- سيتم استدعاؤك إلى استشارة الطب الرياضي. (إذا لم تتلق أي أخبار خلال 5 أيام عمل، يرجى
الاتصال على الرقم 021 314 94 06).
- حدد موعدًا مع طبيبك العام في غضون 7 أيام لإجراء فحص سريري.

إذا تم تزويدك بطلب إجراء أشعة (قسمة لونها أخضر):

احجز موعدًا بسرعة لدى طبيب أشعة أو قسم الأشعة في مستشفى (CHUV) 021 314 44 44.
سيتم إرسال النتائج إلى الأخصائي المعني وسيتم تحويلها إليك أثناء الاستشارة.

لأي استفسارات أخرى، يرجى الاتصال بطبيبك العام أو الصيدلي الذي سلم لك العلاج.

؟



مسح للغات أخرى
Scan for other languages

