

خدمة الطوارئ

# الساق المُجَبَّرَة

## إرشادات للعودة إلى المنزل



ساقك مُجَبَّرَةٌ بالجبس. يقدّم لك هذا المستند معلومات حول العلاج والمراقبة التي يجب اتباعها عند الخروج من المستشفى.

## لماذا وُضع لك الجبس؟

☐ كسر

☐ التواء شديد

☐ جرح مُخَيِّط

☐ غير ذلك: \_\_\_\_\_

## ما هو علاجك؟

تثبيت الساق أمر ضروري لتخفيف الألم وتعزيز عملية الشفاء.

## التوجيهات التي يجب اتباعها

|                |                                                                                                                                                         |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| العكازات       | لتجنب مخاطر تشوه الجبس وحدوث إصابات<br>استخدم عكازاتك دائمًا للتقليل. لا تمشي على الجبيرة.                                                              |
| رفع الساق      | لتجنب التورم<br>بمجرد الجلوس، ارفع الساق المُجَبَّرة بحيث تكون في وضع أفقي.                                                                             |
| الراحة         | لتجنب التورم<br>احرص على أخذ فترات راحة. تجنّب البقاء واقفًا طوال اليوم.                                                                                |
| الحلى          | لتجنب حبس تدفق الدم<br>لا ترتدي أي حلى على الساق المُجَبَّرة. قد تؤدي الحلى إلى انسداد تدفق الدم في حالة تورم أصابع القدم أو الكاحل.                    |
| تمارين العضلات | لتجنب تقلص العضلات وتناقص قوتها وتصلب المفاصل<br>قم بإجراء حركات ثني خفيفة للورك أو للركبة، بحسب موضع الجبس، على الأقل 10 مرات متتالية و10 مرات يوميًا. |
| الأدوية        | تناول الأدوية وفقًا للتعليمات المقدمة من الفريق الطبي والمسجلة في وصفة طبية.                                                                            |

## ما هي علامات الإنذار؟

قبل الذهاب لاستشارة الأخصائي، قم بالتوجه إلى أقرب مركز طوارئ في حال ملاحظة الأعراض التالية:

|                                                          |      |
|----------------------------------------------------------|------|
| آلام شديدة ومستمرة تحت الجص، على الرغم من تناول المسكنات | آلام |
|----------------------------------------------------------|------|

|                                                        |       |
|--------------------------------------------------------|-------|
| إحساس بالتنميل /الخدر، أو فقدان الإحساس في أصابع القدم | تنميل |
|--------------------------------------------------------|-------|

|                                  |      |
|----------------------------------|------|
| عدم القدرة على تحريك أصابع القدم | جمود |
|----------------------------------|------|

|                                                              |            |
|--------------------------------------------------------------|------------|
| تلون الأصابع باللون الأزرق أو الأبيض، أو برودة أصابع القدمين | تغير اللون |
|--------------------------------------------------------------|------------|

|                          |      |
|--------------------------|------|
| تورم شديد في أصابع القدم | تورم |
|--------------------------|------|

## ما الذي سيحدث بعد ذلك؟

يُستكمل من قِبَل الطبيب المعالج:

○ لديك موعد في استشارة الإصابات العظمية والمفاصل (التاريخ والوقت):

(إذا كانت لديك أي عائق أو ترغب في تعديل تاريخ هذا الموعد، يرجى الاتصال بالسكرتارية في أقرب وقت ممكن على 021 314 27 98).

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