

Shërbimi i urgjencave

Traumë e thjeshtë në gjoks

Këshilla për kthimin tuaj në shtëpi



Ju keni pasur një traumë në brinjë. Ky dokument ju jep informacione mbi trajtimin dhe mbikëqyrjen tuaj të vazhdueshme, pas daljes nga spitali.

Çfarë është një traumë e thjeshtë në gjoks?

Aksidenti ju ka shkaktuar një shëmbje, plasje ose thyerje në një ose disa brinjë. Kontrollet e kryera në shërbimin e urgjencës kanë bërë të mundur shmangien e ndërlikimeve pas një traume të tillë. Pra, ju keni një traumë të thjeshtë në gjoks

Cili është trajtimi juaj?

Trajtimi kryesor synon lehtësimin e dhembjes. Për këtë, është e rëndësishme që ju të merrni rregullisht ilaçet.

Porosi që duhen ndjekur

Dhembjet

Dhembjet e brinjëve mund të jenë të pranishme gjatë 4-6 javëve.

Për të shmangur dhembjet:

- Shmangni mbartjen e ngarkesave të rënda.
- Shmangni mbajtjen e fëmijëve, qofshin ata edhe në moshë të vogël.
- Mos bëni veprimtari sportive, për aq kohë sa keni dhembje.
- Parashikoni kohë pushimi.
- Për të fjetur, vendosni jastëkë në nivelin e gjoksit, në anën e dhembjeve, për të penguar kështu kthimin e trupit në anën e lënduar.

Akulli

Për të kufizuar inflamacionin (mahisjen) dhe për të zvogëluar dhembjet:

Vendosni një qese me akull (shmangni kontaktin e drejtpërdrejtë me lëkurën), sipas udhëzimeve të mëposhtme:

- Dy ditët e para: 10 minuta, 10 herë në ditë.
 - Ditët 3 deri në 9: 10 minuta, 2 herë në ditë
-

Ushtrime
të frymëmarrjes

Për të mbrojtur mushkëritë
nga ndërlikimet

Bëni ushtrime të frymëmarrjes, sipas
udhëzimeve të mëposhtme:

- 10 herë nga 10 frymëmarrje të thella në ditë, gjatë 7 ditëve;
- 6 herë nga 6 nxjerrje fryme të thella në ditë përmes një tubi kashte, në një gotë të madhe me ujë, gjatë 7 ditëve

Ilaçet

Merrni ilaçet sipas
udhëzimeve të dhëna nga ekipi
mjekësor e i kujdesit shëndetësor
dhe ato të shënuara në recetë.

Çfarë ndodh më pas?

Merrni takim me mjekun e përgjithshëm, për një vizitë kontrolli, brena 7 ditëve.

Nëse jeni me pushim mjekësor, do të jetë e nevojshme që të shkoni përsëri te mjeku trajtues, para datës së mbarimit, për të rivlerësuar aftësinë tuaj për të rifilluar punën

Cilat janë shenjat paralajmëruese?

Merrni menjëherë takim me mjekun trajtues, nëse vëreni ndonjë nga shenjat e mëposhtme:

▲ Temperaturë trupore mbi 38,5° C

Shkoni në urgjencën më të afërt me banesën tuaj, nëse keni shenjat e mëposhtme:

▲ Vështirësi në frymëmarrje



Për çdo pyetje tjetër, lutemi të kontaktoni mjekun e përgjithshëm ose farmacistin që ju ka dhënë trajtimin.



Skanoni për gjuhët e tjera
Scan for other languages