

Відділення невідкладної допомоги

Травма проста грудна

Поради після вашого
повернення додому



У вас була травма ребра. У цьому документі міститься інформація щодо режиму та нагляду, які повинні здійснюватися після виписки з лікарні.

Що таке проста травма грудної клітини?

Ваш нещасний випадок викликав синець, тріщину або перелом одного або кількох ребер. Обстеження, проведені у відділенні невідкладної допомоги, дали можливість виключити ускладнення такої травми. У вас проста травма грудної клітини.

Яким має бути ваш режим?

Головне лікування — полегшити біль. Для цього важливо регулярно приймати ліки.

Рекомендації, яких слід дотримуватися

Біль

Біль у ребрах може бути присутнім протягом 4-6 тижнів.

Щоб уникнути болю:

- Уникайте важких навантажень.
- Уникайте носіння на руках дітей, навіть маленьких.
- Не займайтеся спортом, якщо у вас є біль.
- Дотримуйтеся періодів відпочинку.
- Щоб заснути, покладіть подушки на рівні грудей з боку болю, щоб уникнути повороту на травмовану сторону.

Лід

Щоб обмежити запалення і зменшити біль:

Прикладіть лід (уникайте прямого контакту зі шкірою), а саме:

- Перші два дні: 10 хв, 10 р./добу.
- Від 3 до 9 днів: 10 хв, 2 р./добу.

Дихальні вправи

Щоб захистити легені від ускладнень

Виконуйте дихальні вправи наступним чином:

- По 10 глибоких вдихів 10 р.день протягом 7 днів
 - По 6 глибоких видихів через соломку у великій склянці води 6 р.на день протягом 7 днів
-

Ліки

Приймайте ліки відповідно до
інструкцій, наданих медперсоналом,
як зазначено у вашому рецепті.

Що буде далі?

Запишіться на прийом до лікаря-терапевта для подальшої консультації через 7 днів.

Якщо ви робите перерву в роботі, необхідно буде до кінця лікарняного відвідати лікаря, щоб оцінити здатність повернутися до роботи

На які ознаки слід звернути увагу?

Запишіться на прийом до лікаря негайно, якщо ви помітили будь-який з наступних симптомів:

▲ Температура тіла вище 38,5°C.

Зверніться до найближчого відділення невідкладної допомоги, якщо ви відчуваєте наступний симптом:

▲ Утруднене дихання



Якщо у вас є які-небудь додаткові запитання, будь ласка, зв'яжіться з вашим лікарем або фармацевтом, який призначив лікування.



Пошук іншими мовами
Scan for other languages