

آتل‌بندی اندام

شکستگی در اندام اغلب خفیف است. از آنجا که معمولاً مرکز درمانی در نزدیکی ما وجود دارد، آسیب اندام را می‌توان در همان وضعیتی که هست و شما با آن مواجه شده‌اید، با آتل بی‌حرکت کنید. بی‌حرکت کردن یعنی استفاده از هر وسیله برای آنکه آن قسمت آسیب‌دیده بدن را ثابت نگه دارید و جلوی حرکت آن را بگیرید. به خاطر داشته باشید در همه شکستگی‌ها پیش از اینکه مصدوم حرکتی بکند، به منظور:

- کاهش درد
 - پیشگیری از آسیب به عضله، اعصاب و رگ‌ها
 - پیشگیری از تبدیل یک شکستگی بسته به شکستگی باز
 - کاهش خونریزی و تورم
- اندام مشکوک به شکستگی باید بی‌حرکت شود.

انواع آتل

هر وسیله‌ای که برای بی‌حرکت کردن یک شکستگی یا دررفتگی بکار رود را آتل می‌گویند. این وسیله را می‌توانید بطور ابتکاری با تا کردن یک مقوا تهیه کنید و یا از انواع آتل آماده باشد که از بازار خریداری شود. نداشتن آتل آماده نباید سبب شود که اندام آسیب‌دیده را به درستی بی‌حرکت نکنید (نگاه عملی).

آتل‌گیری اغلب ابتکاری است. آتل‌هایی که ابتکاری درست می‌شوند از تا کردن مجله، مقوا، تخته، بالش، پتوی تاشده، یا حتی یک چتر ممکن است تهیه شوند.

یک آتل محکم، وسیله‌ای است که تا نمی‌شود و برای آنکه اندام را نگه دارد، به اندام متصل می‌شود. یک آتل محکم می‌تواند از چندلایه تخته روی هم، یا یک مقوای سنگین ساخته شود، و یا یک آتل آماده باشد. در هر صورت، یک آتل محکم باید آنقدر بلند باشد که بتواند مفاصل بالا و پایین محل شکستگی را ثابت کند. آتل نرم، مانند آتل هوایی، بیشتر برای بی‌حرکت کردن شکستگی‌های پایین پا و ساعد بکار می‌رود.

یک آتل خودی، یا آناتومیک اغلب همیشه در دسترس است. آتل خودی آتلی است که در آن اندام آسیب‌دیده را به اندام سالم می‌بندند، مانند انگشت که وقتی آسیب می‌بیند می‌توان آن را به انگشت کناری، یا پاها را به همدیگر، و بازوی آسیب‌دیده را به قفسه سینه بست و بی‌حرکت نمود.



راهنمای آتل بندی

هر شکستگی و دررفتگی باید پیش از آنکه مصدوم حرکت کند، آتل بندی شود. هنگامی که شک دارید آتل لازم است یا نه، باز هم آتل ببندید.

احتیاط

مبادا دررفتگی یا شکستگی ستون مهره، بازو، مچ دست، لگن، یا زانو را صاف کنید، زیرا رگ ها و اعصاب بزرگی از آن محل رد می شوند، ممکن است آسیب ببینند. بجای این کار، اگر اندام از نظر گچ (گردش خون، حس، حرکت) سالم است، مفصل آسیب دیده را در همان وضعیتی که با آن مواجه شده اید، آتل بگیرید.

چه باید کرد

۱- اگر زخم باز وجود دارد، آن را پیش از بستن آتل با پانسمان خشک و استریل بپوشانید.

۲- در اندام گچ را بررسی کنید. اگر نبض نداشت، و از مرکز درمانی ساعت ها فاصله داشتید، شکستگی را که در وسط استخوان باشد، و دررفتگی شانه یا کشکک زانو را راست کنید تا جریان خون آن دوباره برقرار شود.

۳- بعنوان یک قانون کلی، آتل باید طوری باشد که بتواند دو مفصل بالا و پایین استخوان شکسته را ثابت کند. برای نمونه، برای شکستگی دو استخوان ساعد یعنی رادیوس و اولنا (زند اعلی و زند اسفل) باید مچ دست و مفصل آرنج را بی حرکت کنید؛ برای شکستگی هومروس (استخوان بازو) باید شانه و آرنج را بی حرکت کنید؛ برای شکستگی

تیبیا و فیولا (درشت نی و نازک نی) که استخوان های ساق پا هستند، زانو و قوزک هردو را بی حرکت کنید. در شکستگی اندام فوقانی (دست ها) علاوه بر اینکه آتل می گیرید باید بازو را با یک دستمال به گردن آویزان کنید.

۴- اگر دو امدادگر هستید، یکی باید محل آسیب دیده را تا اتمام آتل گیری نگه دارد.

۵- اگر امکان دارد، اسباب آتل گیری را در دوطرف محل آسیب دیده قرار دهید، به ویژه اگر دو استخوان مانند رادیوس و اولنا ساعد یا تیبیا و فیولای ساق پا شکسته شده باشد. این «آتل ساندویچی» یا «آتل دوطرفه» جلوی چرخیدن اندام را می گیرد و نمی گذارد دو استخوان به هم برسند. برای بستن یک آتل محکم، در حفرات طبیعی بدن و اطراف بدشکلی ها بالشتک اضافه قرار دهید.

۶- آتل را محکم ببندید اما نه آنقدر محکم که جریان خونی که باید به اندام برود قطع شود. پیش از آتل گیری و پس از آن گچ را بررسی کنید. اگر نبض پس از آن قطع شد، آتل را آنقدر شل کنید که بتوانید نبض را لمس کنید. انگشتان دست و پا را بیرون آتل بگذارید تا بتوانید گچ را راحت تر بررسی کنید.

۷- دستور بیفا را برای محل آسیب دیده اجرا کنید. پس از بی حرکت کردن اندام اگر ممکن بود، آن را بالا نگه دارید تا جاذبه زمین به کاهش فشار خون اندام آسیب دیده کمک کند و تورم را کاهش دهد. اما اگر اندام نبض ندارد، به هیچ وجه روی آن کیسه یخ نگذارید.

بیشتر شکستگی ها نیاز به انتقال سریع به مرکز درمانی را ندارند، مگر یک بازو یا ران بدون نبض باشد، یعنی جریان خون به آن اندام کافی نباشد. در این موارد، لازم است خیلی فوری در جستجوی مراقبت های پزشکی باشید.

نگاه عملی

آتل‌بندی اندام فوقانی

بستن بازو: آسیب شانه و ترقوه



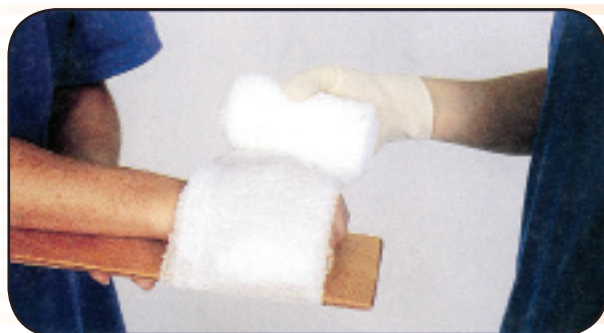
بالای بازو (هومروس)



بستن و پیچیدن بازو برای آسیب اندام فوقانی



ساعد (اولنا و رادیوس)

انگشتان و دست
(دروضعیت عملکردی)

نگاه عملی

آتل‌بندی آرنج و زانو

آرنج در وضعیت خمیده



زانو در وضعیت خمیده



آرنج در وضعیت راست



زانو در وضعیت راست



نگاه عملی

آتل بندی اندام تحتانی

ران (فemor): آتل سخت



پایین پا (تیبیا / فیبولا): آتل سخت



آتل خودی: پا



آتل نرم: قوزک پا/پا



آتل خودی: انگشتان



فعالیت های آموزشی

آتل بندی اندام ها

راهنما: اگر با جمله موافق هستید دور بلی و اگر مخالف هستید دور خیر را دایره بکشید.

- | | | |
|---|-----|-----|
| ۱. آتل وسیله ایست که برای ثابت نگه داشتن یک استخوان شکسته می توان از آن کمک گرفت. | خیر | بلی |
| ۲. یک تخته چوبی که بالشتک روی آن بسته شده نیز نوعی آتل دست ساز است. | خیر | بلی |
| ۳. قبل از آتل گیری و پس از آن باید گچ (گردش خون، حس، حرکت) را بررسی کنید. | خیر | بلی |
| ۴. در شکستگی اندام همیشه تلاش کنید استخوان را صاف کنید. | خیر | بلی |
| ۵. آتل فقط باید در یک طرف عضو آسیب دیده قرار گیرد تا جلوی جریان خون گرفته نشود. | خیر | بلی |
| ۶. آتل باید به اندازه کافی محکم باشد که جلوی جریان خون را بگیرد. | خیر | بلی |
| ۷. شکستگی اندام به ندرت نیاز به مراقبت های پیشرفته پزشکی دارد. | خیر | بلی |
| ۸. آتل باید یک مفصل بالا و یک مفصل پایین محل آسیب دیده را فرا گیرد. | خیر | بلی |

سناریو: یک کارگر ساختمانی از یک نردبان به پایین سقوط کرده است و احتمالاً مچ دستش شکسته است. چه باید بکنید؟

.....

.....