

Discharge advice following a metacarpal or phalanx fracture – Polish

WIRTUALNA KLINIKA ORTOPEDYCZNA

Informacje wypisowe dla pacjentów ze złamaniem kości śródręcza lub paliczka palca

Jakiego rodzaju jest moje złamanie?

Masz złamanie jednej lub kilku kości dłoni. (patrz zdjęcie 1). To złamanie często się zdarza w czasie upadku na nadmiernie wyprostowaną dłoń.



Picture 1

Jak moje złamanie będzie leczone?

To złamanie zasadniczo goi się za pomocą taśmy z sąsiednimi, zdrowymi palcami. Taka taśma nie może otaczać stawów, stawy powinny mieć możliwość zginania. Czasami ruchoma szyna jest niezbędna aby zmniejszyć objawy bólowe w złamanej dłoni. (patrz zdjęcie 2).



Picture 2

Kiedy moja ręka będzie sprawna?

Ból spowodowany złamaniem powinien się zmniejszyć po upływie kilku tygodni. Taśmy unieruchamiające mogą być usunięte po kilku tygodniach w miarę zmniejszenia się dolegliwości bólowych. Kość zrasta się zwykle po 6 tygodniach ale czasami możesz potrzebować więcej czasu aby odzyskać pełną sprawność dłoni. Czasami w miarę tworzenia się zrostu może powstać wypukłość w miejscu złamania i twoje kostki mogą być niewyczuwalne.

Czy powinienem wykonywać jakieś ćwiczenia?

Staraj się wykonywać normalne ruchy dłoni, to nie spowoduje dalszego uszkodzenia, aczkolwiek podnoszenie ciężkich przedmiotów może być bolesne przez okres 6 do 8 tygodni. Chwyt dłoni zwykle jest zachowany w tego typu złamaniach.

Kiedy dłoń powróci do pełnej sprawności?

Kiedy będziesz mógł zacisnąć pięść lub w pełni wyprostować palce bez dolegliwości bólowych.

Kiedy szukać dalszej pomocy?

Jeżeli ból nasila się lub nie ustępuje po okresie 4 tygodni skontaktuj się z Wirtualną Kliniką Ortopedyczną.

Wirtualna Klinika Ortopedyczna

Leighton Hospital

Tel: 01270 278383 E-mail: virtualfractureclinic@mcht.nhs.uk

Klinika czynna od poniedziałku do piątku od 9.00 do 17.00 (oprócz Bank Holiday)

Więcej informacji: www.mcht.nhs.uk/virtualfractureclinic

Informacje dostępne w wersji audio, Braille, pisane dużą czcionką i w innych językach -poproś personel.

Przedruk z grudnia 2019 r. Recenzja grudzień 2021 r. Ref: SC/VFC/0071219POL

NHS Choices
www.nhs.uk

