

Bone Fractures

A fracture is also called a broken bone. A broken bone is often caused by a fall, an injury or an accident. You may need an x-ray to see if you have broken your bone. After your bone(s) are put back in place, you may have a cast or splint to keep the injured bone(s) from moving. If you have a bad break and other injuries, you may need to have surgery and stay in the hospital. Most bones heal in 6-8 weeks.

Signs of Fractures

The area near the broken bone may:

- Hurt
- Feel weak
- Feel numb or tingle
- Be swollen or bruised
- Bleed if the skin is broken
- Look bent if the bones are out of place
- Be hard to move

Your Care

- Keep the injured area raised above your heart as much as possible to reduce swelling. Use pillows to raise your injured hand or foot above the level of your heart.
- Use ice to lessen pain and swelling for the next 1-2 days. Put the bag of ice on the cast or splint over the injury for 15-20 minutes every hour.
- Take your medicines as directed.

If you have a cast:

- Check the skin around the cast every day. Call your doctor if you have red or sore spots.
- Put lotion on dry areas.
- Sprinkle a small amount of cornstarch or talc under the cast to soothe the skin.

Переломи костей

Переломом називають також зламану кістку. Перелом кістки найчастіше виникає в результаті падіння, травми або аварії. Для перевірки того, чи переламана у Вас кістка, може знадобитися проведення рентгену. Після того, як Вашу кістку (кістки) буде поставлено на місце, Вам можуть накласти корсет або шину для підтримки травмованої кістки (костей) у нерухомому стані. Якщо у Вас важкий перелом і інші травми, може знадобитися хірургічна операція й перебування в лікарні. Більшість костей зростаються за 6 – 8 тижнів.

Симптоми перелому

Зона біля переламаної кістки може:

- Боліти
- Мати відчуття слабості
- Німіти або поколювати
- Напухати або мати синець
- Кровоточити, якщо шкіра ушкоджена
- Виглядати вигнутою, якщо кістки перебувають не на своєму місці
- Цією зоною важко рухати

Медичний догляд за Вами

- Якнайдовше тримайте травмовану ділянку вище рівня грудної клітини для того, щоб уникнути розпухання. Для того щоб підняти Вашу травмовану руку або ногу вище рівня грудної клітини, використовуйте подушки.
- Для зменшення болю й розпухання використовуйте лід протягом наступних 1 – 2 днів. Щогодини на корсет або шину поверх рани на 15 – 20 хвилин накладайте пакет із льодом.
- Приймайте ліки відповідно до рецепту.

Якщо у Вас корсет:

- Щодня перевіряйте шкіру поблизу корсету. Якщо на ній є почервоніння або виразки, зателефонуйте своєму лікарю.
- Нанесіть лосьйон на пересушені ділянки.
- Для того щоб заспокоїти шкіру, нанесіть під корсет невелику кількість мозольного порошку або тальку.

Bone Fractures. Ukrainian.

- Do not use lotion or powders if you have blisters or stitches on your skin under the cast.
- Use a hair dryer daily, set on cool. This keeps your cast dry, comfortable and helps relieve itching.
- Call your doctor if your cast fits loosely. The cast can slide around causing skin irritation.
- Exercise your fingers or toes. This improves blood flow and helps healing.
- Use a nail file to file rough edges on your cast.
- **Do not** scratch the skin under your cast with sharp or pointed objects.
- **Do not** put pressure on any part of your cast or splint as it may break.
- Keep your cast or splint dry by putting a plastic bag over it when bathing.
- Use a hair dryer if your cast gets wet.
- Call your doctor or clinic to schedule an appointment to get your cast removed after the bone has healed.

Call your doctor **right away** if:

- You have trouble breathing, chest pain or confusion.
- You have pain that does not go away.
- Your skin or nails of the injured hand or foot are blue, gray, cold or numb.
- Your cast gets damaged or breaks.
- You have new stains or an odor coming from under the cast.
- You have swelling that makes your cast feel too tight.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

- Не слід використовувати лосьйон або порошок, якщо на шкірі під корсетом у Вас є пухирі або шви.
- Щодня використовуйте фен для волосся, установлений на подачу холодного повітря. Це буде підтримувати Ваш корсет у сухому, комфортному стані й полегшить свербіння.
- Якщо Ваш корсет став занадто вільним, зателефонуйте своєму лікарю. Корсет може прокручуватись, спричиняючи подразнення шкіри.
- Ворушіть пальцями ніг або рук. Це поліпшує кровообіг і сприяє загоєнню.
- Для видалення гострих кінців на корсеті використовуйте пилочку для нігтів.
- **Не** чешіть шкіру під корсетом гострими або загостреними предметами.
- **Не** надавлюйте ні на яку частину корсета або шини, оскільки вони можуть зламатися.
- При купанні зберігайте Ваш корсет або шину в сухому стані, надягаючи на них поліетиленовий мішок.
- Якщо Ваш корсет намокне, використайте фен для волосся.
- Після зрощення кістки зателефонуйте своєму лікарю або у свою лікарню для того, щоб призначити час для зняття корсету.

Негайно зателефонуйте своєму лікарю, якщо:

- Вам важко дихати, у Вас виник біль у грудях або почуття сум'яття.
- У Вас біль, який не проходить.
- Шкіра або нігті на травмованій руці або нозі стають синіми, сірими, холодними або занімілими.
- Ваш корсет пошкоджений або зламався.
- З-під корсету видно плями на шкірі або чути запах.
- У Вас виникла пухлина, яка робить Ваш корсет дуже тісним.

Якщо у Вас виникають якісь питання або сумніви, зверніться до Вашого лікаря або медичної сестри.

Final Bone Fractures. Ukrainian.

9/2005. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.