

골절

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 a broken 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 to 8 weeks.

Signs of a fracture

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 to 2 days. Put the bag of ice on the cast or splint over the injury for 15 to 20 minutes every hour.
- Take your medicines as directed.

골절은 뼈의 부러짐이라고도 합니다. 뼈는 주로 넘어지거나 부상을 입거나 사고로 인하여 부러집니다. 골절이 있는지 확인하기 위해 x-선 촬영이 필요할 수 있습니다. 뼈를 제자리에 맞춘 다음 캐스트를 하거나 부목을 하여 부러진 뼈들이 움직이지 않도록 해야 합니다. 뼈가 심하게 부러졌거나 그밖에 다른 부상도 있으면 수술을 하고 입원을 해야 합니다. 대부분의 뼈는 6 ~ 8 주 내에 치유됩니다.

골절의 징후

뼈가 부러진 부위가:

- 아프다
- 힘이 없다
- 얼얼하거나 쑤신다
- 붓거나 멍이 들었다
- 피부가 벗겨진 경우 피가 난다
- 뼈가 어긋나면 굽혀진 것 같이 보인다
- 움직이기 힘들다

치료

- 부위가 붓는 것을 줄이기 위하여 상처난 부위를 가능한 심장보다 더 높은 위치에 두십시오. 베개를 이용하여 부상당한 손이나 발을 심장보다 더 높은 위치에 두십시오.
- 1-2일 동안은 얼음 찜질로 통증과 붓기를 가라 앉히십시오. 얼음을 플라스틱 백에 넣어 캐스트나 부목 위에 매일 15-20분 동안 올려 놓으십시오.
- 지시대로 약을 복용하십시오.

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.
- 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.

캐스트를 한 경우

- 캐스트 주위 피부를 매일 관찰하십시오. 피부가 빨갛거나 염증이 생겼으면 의사에게 연락하십시오.
- 건조한 피부에는 로션을 바르십시오.
- 하지만 캐스트 안의 피부에 물집이 있거나 껍데기 같은 곳이 있으면 로션이나 파우더를 사용하지 마십시오.
- 헤어 드라이어를 냉각으로 설정하여 사용하십시오. 그러면 캐스트를 건조하게 하고, 편안하고, 덜 간지러울 것입니다.
- 캐스트가 너무 헐거워졌으면 의사에게 연락하십시오. 캐스트가 움직이면서 피부에 자극을 줄 수 있습니다.
- 손가락이나 발가락 운동을 하십시오. 이렇게 하면 혈액 순환이 잘되고 더 빨리 낫습니다.
- 캐스트 가장자리를 손톱 다듬는 파일로 부드럽게 하십시오.
- 날카롭거나 뾰족한 물체로 캐스트 안의 피부를 긁지 마십시오.
- 캐스트나 부목이 파열될 수 있기 때문에 압력을 주지 마십시오.
- 목욕을 할 때는 플라스틱 백을 씌워 캐스트나 부목에 물이 들어가지 않도록 하십시오.
- 캐스트가 젖었으면 헤어 드라이어로 말리십시오.
- 뼈가 다 아물었으면 의사나 병원에 연락하여 캐스트 제거 예약을 하십시오.

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

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

다음과 같은 경우 의사에게 즉시 연락하십시오:

- 숨 쉬기가 거북하거나, 가슴에 통증 또는 혼동이 온다.
- 통증이 없어지지 않는다.
- 부상당한 손이나 발의 피부나 손톱이 푸르색 또는 회색으로 변하거나 차갑거나 감각이 없다.
- 캐스트가 파열되었거나 깨졌다.
- 캐스트 속에서 액체가 묻어나오거나 냄새가 난다.
- 피부가 많이 부어서 캐스트가 조여졌다.

질문 또는 우려사항이 있을 경우 의사나 간호사와 상의하십시오

질문 또는 우려사항이 있을 경우 의사나 간호사와 상의하십시오.