



Porada dla osób ze złamaniem kości promieniowej w stawie łokciowym

(Advice about your radial head (elbow) fracture)

Oddział ortopedyczny

Fracture clinic
07584 580 655
vfc@ydh.nhs.uk



Masz niewielkie złamanie w głowie lub szyjce kości promieniowej. Jest to jedna z kości łokciowych.

Złamania te prawie zawsze dobrze się goją w miarę upływu czasu i korzystania z przedramienia – nie są konieczne żadne szczególne zabiegi czy rutynowe kontrole.

Zapewniliśmy ci temblak, aby usztywnić łokieć w wygodnej pozycji przez kilka dni.

Należy stopniowo odzwyczajać się od korzystania z niego w miarę ustępowania bólu i zdjąć go zupełnie, jak tylko uznasz, że jest to możliwe.

Początkowo konieczne może być regularne przyjmowanie środków przeciwbólowych, ponieważ należy próbować delikatnie poruszać łokciem.

Możesz wrócić do wykonywania normalnych codziennych czynności jak tylko uznasz, że im podołasz. Zapobiegiesz w ten sposób uczuciu sztywności i przyspieszysz powrót do normalnego funkcjonowania stawu łokciowego.

Nie należy na siłę go rozciągać, gdyż może to powodować ból i opóźnić leczenie.

W ciągu pierwszych kilku tygodni od urazu nie należy się przeciążać ani używać chorego ramienia do pchania ciężkich przedmiotów, gdyż wywołasz tym ból.

Objawy są zwykle mało groźne,
ale może potrwać od 3 do 6 tygodni
zanim całkowicie ustąpią.

Możesz mieć nieznacznie ograniczone
możliwości poruszania łokciem, zwłaszcza
podczas prostowania, ale nie powinno to
utrudniać korzystanie z przedramienia.

Jeśli po 3 miesiącach objawy nie ustąpią i nie będziesz odczuwać żadnej poprawy, skontaktuj się z kliniką ortopedyczną (*fracture clinic*):

Telefon: 07584 580 655

E-mail: vfc@ydh.nhs.uk

Jeśli chciałbyś otrzymać tę ulotkę w innym formacie, np. napisaną dużą czcionką, lub w innym języku, zapytaj nasz personel.

Yeovil District Hospital
NHS Foundation Trust
Higher Kingston
Yeovil
Somerset
BA21 4AT

Fracture clinic
07584 580 655
vfc@ydh.nhs.uk

Ref: 09-17-116
Review: 01/19