

تعرض طفلك لكسر بسيط في الذراع السفلي، وهو ما يعرف بالكسر الحيدوي. وهو انحناء بالعظام. ويُعالج بالدعامة والحمالة.



### الملخص

- تعرض طفلك لكسر بسيط في الجزء الأسفل من الذراع، على مستوى الرسغ.
- يتعافى هذا النوع من الإصابات في كل الحالات تقريباً دون فقدان في أي من الوظائف.
- المتابعة الروتينية غير ضرورية لهذا النوع من الإصابات.
- يمكن خلع الحمالة كلما كان من الممكن تحمل الألم. ويمكن خلع الدعامة بعد أسبوع واحد. إذا استمر شعور طفلك بالألم الشديد، فإنه من الممكن استخدام الدعامة في الأسبوع الثاني.
- تفادياً لتيبس الرسغ، من المهم أن يبدأ طفلك في تحريك رسغه بعد مدة من أسبوع إلى أسبوعين.
- يمكنك العثور على الإرشادات بشأن طريقة إعادة ارتداء الدعامة في التطبيق.
- إذا كان لديك أي أسئلة أو كنت تواجه مشكلات في التعافي، يمكنك الاتصال بـ workdays from 9.00 to 12.00 Breuklijn a.m

### العلاج

يعد الكسر الحيدوي للرسغ أو الجزء الأسفل من الذراع من الإصابات الشائعة بين الأطفال، حيث يتم معالجة الكسر بالدعامة والحمالة.

#### الأسبوع الأول

- قم بارتداء الحمالة، حيث يمكنك خلعها بمجرد أن يصبح بإمكان طفلك تحمل الألم.
- ارتداء الدعامة.

#### الأسبوع الأول إلى الثاني

- قم بارتداء الدعامة، ثم اخلعها حالما يصبح بإمكان طفلك تحمل الألم.

#### الأسبوعان من الثالث إلى الرابع

- حرك رسغ طفلك والجزء الأسفل من ذراعه.

#### بعد 4 أسابيع

- يمكن أن يبدأ طفلك في ممارسة الرياضة.

## الإرشادات

اتبع هذه الإرشادات للشفاء الفعال:

- تحافظ الدعامة والحمالة على ذراع طفلك في وضعية مريحة.
- يمكن خلع الحاملة عندما يصبح طفلك قادرًا على تحمل الألم. اجعل طفلك يرتدي الدعامة لمدة أسبوع. هل يشعر طفلك بالألم شديد بعد الأسبوع الأول؟ بعد ذلك يمكن لطفلك استخدام الدعامة في الأسبوع الثاني. بعد مرور الأسبوع الثاني، يجب أن يتوقف طفلك عن ارتداء الدعامة.
- الكسر قريب من رسغ طفلك. وبالتالي، فإنه من المهم أن يبدأ طفلك في تحريك رسغه بعد مرور مدة من أسبوع إلى أسبوعين. وهذا تفاديًا لحصول تيبس لرسغ طفلك ولتحسين مستوى العلاج والتعافي.
- ويمكن أن يعاود طفلك استئناف أنشطته بكل حرص بعد 3 أسابيع. وهذا فقط عندما يصبح طفلك قادرًا على تحمل الألم. إذا استمر شعور طفلك بالألم شديد عند ممارسة تلك الأنشطة، فمن الأفضل الانتظار لبضعة أيام أخرى.
- يمكن خلع الدعامة عندما يستحم طفلك. تأكد من تجفيف ذراع طفلك تمامًا قبل وضع الدعامة مرة أخرى. يمكنك العثور على إرشادات بشأن طريقة إعادة ارتداء الدعامة في التطبيق.
- هل يشعر طفلك بالألم؟ استخدم مسكن آلام خفيف مثل الباراسيتامول (أسيتامينوفين). لا تنتظر أن يشتد عليك الألم حتى تستخدم الباراسيتامول.

## التعافي

- يتعافى هذا النوع من الإصابات في جميع الحالات تقريبًا بمرور الوقت وبالاستخدام. ولا يحتاج إلى تلقي علاج محدد كما أن المتابعة الروتينية غير ضرورية.
- هل يزيد الألم أم أنه لا يتحسن؟ يرجى التواصل مع "Breuklijn" (الخط الساخن الخاص بالكسور). سنحدد موعدًا عند الحاجة.

## إعادة ارتداء الدعامة

يمكنك العثور على إرشادات بشأن طريقة إعادة ارتداء الدعامة في مقطع الفيديو أدناه.

## التمارين

الكسر موجود بالقرب من الرسغ. وبالتالي، من المهم أن يبدأ طفلك في تحريك رسغه بعد مدة من أسبوع إلى أسبوعين. لا توجد تمارين محددة مطلوبة.

## هل لديك أسئلة؟

### يرجى الاتصال بنا

إذا كانت هناك أي أسئلة بعد الاطلاع على المعلومات، يُرجى التواصل معنا أو زيارة [www.tjongerschans.nl](http://www.tjongerschans.nl)

### جهة الاتصال

Naam\_0513 – 685 855 Breuklijn

يمكنك الاتصال بنا على weekdays from 9.00 to 12.00 a.m

