

**\* مقدمه :**

شکستگی به از هم گسیختگی استخوان گفته می‌شود و یکی از راه‌های درمان آن بی‌حرکت کردن استخوان صدمه دیده به وسیله قالب گچی است. بسیاری از بیماران به تصور این که با بی‌حرکتی، شکستگی هر چه سریع‌تر بهبود می‌یابد، سایر اندام‌های سالم خود را نیز بی‌حرکت نگه می‌دارند.<sup>(۱)</sup> حال آن که بی‌حرکتی در اندام‌های سالم به تحلیل قدرت بافت عضلانی و کاهش جریان خون آنها منجر شده و روند بهبود را کندتر می‌کند.<sup>(۲)</sup> لذا با توجه به نقش آموزشی پرستاران، این مطالعه به منظور تعیین سطح آگاهی و مهارت بیماران ترخیص شده دارای گچ از نحوه مراقبت از خود در بخش‌های ارتوپدی بیمارستان شهید رجایی شهر قزوین انجام شد.

سطح آگاهی ۶۰ بیمار دارای گچ با پرسش‌نامه‌ای شامل ۲۴ سؤال و سطح مهارت آنها با مشاهده مستقیم نحوه انجام تمرین‌های تنفسی، چرخش در تخت، گردش خون و ورزشی توسط پژوهشگران تعیین و برگه فهرست واریسی تکمیل شد. بدین صورت که به ازای هر پاسخ صحیح به سوالات مطرح شد در حیطه‌های مختلف یک امتیاز در نظر گرفته شده است. در انتها پمفلت آموزشی مراقبت از خود به همراه آموزش عملی موارد مذکور به نمونه‌ها ارائه شد.

در این مطالعه ۶۰ بیمار مورد بررسی قرار گرفتند که میانگین سنی نمونه‌ها ۲۹/۸۳ سال و محدوده سنی آنان ۶۰ تا ۶۷ سال بود. بیش‌تر نمونه‌ها ۷۱/۶ درصد مذکر بودند و بیشتر آنان ۴۳/۳ درصد دارای تحصیلات ابتدایی بودند. ۵۰ درصد نمونه‌ها آگاهی در حد متوسط و ضعیف داشتند و هیچ یک از نمونه‌ها آگاهی کافی نداشتند (جدول شماره ۱). در خصوص میزان مهارت افراد در زمینه خودمراقبتی، ۹۰ درصد مهارت ضعیف و ۱۰ درصد مهارت متوسط داشتند و هیچ یک از نمونه‌ها مهارت در حد خوب نداشتند (جدول شماره ۲).

**نامه به سردبیر**

**Letter to Editorial**

**آگاهی و مهارت بیماران دارای گچ از نحوه مراقبت از خود در زمان ترخیص**

اعظم قربانی\* افسانه یوسف گمرکچی\*\* نیلوفر حسین‌بیگی\*\*  
نسرین نصری\*\*

**A survey on knowledge and skills of self-care among discharged patients in cast**

A Ghorbani\* A yoosef Gomrokchi N Hoseinbeigy  
N Nasri

دریافت : ۸۴/۴/۲۸ پذیرش : ۸۵/۲/۱۴

**\*Abstract**

This study was carried out to determine the knowledge and skills of self-care among discharged patient in cast. Sixty discharged patients participated in the survey by completing a questionnaire while their performance was observed. The results indicated that the level of knowledge and skills in subjects were ranked as moderate (50%) and lower than of what was expected. It is suggested that patients in plaster to be trained by health care workers (nurses) before discharge.

**Keyword:** Fractures, Self Care

**\* چکیده**

این مطالعه به منظور تعیین آگاهی و مهارت بیماران مرخص شده دارای گچ از نحوه مراقبت از خود انجام شد. ۶۰ بیمار مرخص شده با پر کردن پرسش‌نامه و مشاهده عملکرد (با استفاده از برگه فهرست واریسی) در این بررسی شرکت کردند. نتایج نشان داد آگاهی و مهارت افراد مورد مطالعه در خصوص مراقبت از خود در حد متوسط (۵۰٪) و کم‌تر از حد انتظار بود. پیشنهاد می‌شود بیماران مرخص شده توسط مراقبین بهداشتی (پرستاران) برنامه آموزشی ویژه داشته باشند.

**کلیدواژه‌ها :** شکستگی، مراقبت از خود

\* مربی و هیأت علمی دانشکده پرستاری و مامایی قزوین

\*\* کارشناس پرستاری مرکز آموزشی-درمانی قدس قزوین

آدرس مکاتبه : قزوین، دانشگاه علوم پزشکی، دانشکده پرستاری، تلفن ۰۱-۳۳۳۶۰۰۱  
✉ E.mail: ghorbani\_az@yahoo.com

جدول ۱- فراوانی پاسخ‌های صحیح مددجویان دارای گچ در مورد خودمراقبتی با توجه موضوع مورد نظر

۵		۴		۳		۲		۱		۰		نمره زمینه آگاهی
درصد	تعداد											
-	-	-	-	۱۳/۳	۸	۱۵	۹	۴۶/۶	۲۸	۲۵	۱۵	ورزش (۳ پرسش)
-	-	۰	۰	۸/۳۳	۶	۲۳/۳	۱۴	۳۵	۲۱	۳۳/۳	۲۰	تغذیه (۴ پرسش)
-	-	-	-	۰	۰	۱۳/۳	۸	۳۳/۳	۲۰	۵۳/۳	۳۲	تنفس (۴ پرسش)
۰	۰	۶/۶۶	۴	۲۱/۶	۱۳	۱۸/۳	۱۱	۲۳/۳	۱۴	۳۰	۱۸	مشکلات ادراری (۵)
-	-	-	-	۰	۰	۳/۳۳	۲	۳۶/۶	۲۲	۶۰	۳۶	مراقبت از پوست (۳)
-	-	۰	۰	۵	۳	۳۱/۶	۱۹	۳۵	۲۱	۲۸/۳	۱۷	مراقبت از گچ (۴)

جدول ۲- فراوانی عملکرد صحیح مددجویان دارای گچ در مورد مهارت مراقبت از خود با توجه به انجام روش کار صحیح

۶		۵		۴		۳		۲		۱		۰		نمره کسب شده از مهارت
درصد	تعداد													
-	-	-	-	۰	۰	۰	۰	۳/۳	۲	۴۵	۲۷	۵۱/۶	۳۱	تمرین‌های تنفسی (۴)
-	-	-	-	-	-	۰	۰	۱۰	۶	۴۶/۶	۲۸	۴۳/۳	۲۶	چرخش در تخت (۳)
۰	۰	۰	۰	۰	۰	۱/۶۶	۱	۱۰	۶	۱۵	۹	۷۳/۳	۴۴	تمرین‌های گردش خون (۶)
-	-	۰	۰	۰	۰	۱/۶۶	۱	۰	۰	۲۵	۱۵	۷۳/۳	۴۴	تمرین‌های ورزشی (۵)

پرستاران بالینی، برنامه‌های آموزشی بیماران را با نظم و برنامه‌ریزی و مدیریت دقیق‌تری انجام دهند و سطح اطلاعات و آمادگی بیماران از نحوه مراقبت از خود قبل از ترخیص توسط پرستاران مسؤول مراقبت ارزیابی شود.

**\* مراجع :**

1. Brunner L S, Suddarth D S, Smeltzer S C, Bare B G. Textbook of medical-surgical nursing. 8<sup>th</sup> ed, Lippincott Philadelphia, 2004, 1831-42
2. Black J N, Hawks J H. Textbook of medical-surgical nursing. USA Sunders co, 2005, 619-47

آزمون‌های آماری بین سطح آگاهی و مهارت و متغیرهایی مانند جنس، سن و سطح تحصیلات رابطه معنی‌داری نشان نداد. این امر بیان‌گر این واقعیت است که نیاز به آموزش مستمر و تأکید بر به کارگیری این معیارها در تمامی سطوح یکسان احساس می‌شود و از آنجا که در واقع مراقبت از خود حاصل آگاهی فرد نسبت به این امر است که یک یا چند اقدام خاص برای حفظ و تأمین سلامتی فرد ضرورت دارد، لذا پیشنهاد می‌شود دست‌اندرکاران و مسؤولین خدمات بهداشتی-درمانی ضمن اجرای برنامه‌های بازآموزی مدون و کاربردی برای