

## كيف تعتني بطفلك المصاب بكسر في إصبع القدم

ستقدم لك هذه النشرة معلومات عن أعراض الكسر في إصبع القدم وتشخيصه وعلاجه ونصائح للرعاية المنزلية.



### ما هو الكسر في إصبع القدم؟

"الكسر" هو مصطلح يُطلق على العظم المكسور. ويحدث الكسر في إصبع القدم عندما يكسر أحد الأشخاص عظام إصبع القدم.

### ما أعراض كسر إصبع القدم؟

تشمل أعراض كسر إصبع القدم:

- الألم.
- التورم.
- التكدم.
- التيبس.
- ويمكن أن يتسبب كسر إصبع القدم في جعل إصبع القدم ينثني في وضعية غير طبيعية.

## العناية اليومية إذا كان طفلك يضع شريطًا طبيًا:

- إذا كنت لا ترى أوساخًا ظاهرة على الجلد، فشجّع طفلك على استخدام مناديل مطهرة بدلًا عن غسل القدم وأصابع القدم بالماء والصابون.
- استبدل الشريط الطبي إذا تبلل أو أصبح متسخًا حسب توجيهات مقدم الرعاية الصحية.
- ضع قطعة قطن أو شاش بين أصابع القدم التي تستخدم شريطًا طبيًا لحماية الجلد.
- قم بإرخاء الشريط الطبي إذا كان مشدودًا.

## متى ينبغي أن أطلب المشورة الطبية؟

اسع للحصول على الرعاية الطبية إذا:

- استمر الشعور بالألم دون تحسن بالرغم من تناول الأدوية.
- ظهرت بثور أو طفح جلدي أو بقع مؤلمة على الجلد المحيط بالجيرة أو الشريط اللاصق.
- انبعثت رائحة كريهة أو خرجت افرازات من الجيرة أو الشريط الطبي.
- أصيب طفلك بحمى أثناء تماثل إصبع القدم للشفاء.
- بدت أصابع قدم طفلك شاحبة أو باردة أو بها خدر أو إحساس بالوخز.

## كيف يُشخص كسر إصبع القدم؟

سيطرح عليك الطبيب بعض الأسئلة حول صحة طفلك وسيفحصه، ثم سيطلب إجراء فحص التصوير بالأشعة السينية.

## كيف يُعالج كسر إصبع القدم؟

- عادةً ما تُعالج كسور إصبع القدم بجبيرة أو "بشريط طبي" أو كليهما. ويعتمد هذا على نوع كسر إصبع القدم الذي يعاني منه طفلك ومدى شدته.
- تمنع الجبيرة أو الشريط الطبي (يستخدم الشريط لتثبيت إصبع القدم المصاب مع إصبع القدم المجاور) العظام المكسورة من الحركة أثناء تماثلها للشفاء. إن العناية الجيدة بالجبيرة أو الشريط اللاصق ومعالجة الألم تساعد طفلك على الشعور بالراحة أثناء تماثله للشفاء.
- قد يوصي طبيبك في بعض الأحيان بوضع جبيرة من الجبس للتثبيت أو حذاء تقويم العظام حتى يتمثل الكسر للشفاء.
- إذا نصح طبيبك بإعطاء أدوية لتسكين الألم، فيمكنك إعطاء ما يلي:
  - باراسيتامول (أي علامة تجارية) أو إيبوبروفين (أي علامة تجارية).
  - اتبع النصائح الواردة على عبوة الدواء بشأن الجرعة الصحيحة لطفلك.
  - لا تعط طفلك أسبرين لأنه يمكن أن يسبب مضاعفات خطيرة.

## نصائح للرعاية المنزلية

يجب أن يتجنب طفلك الرياضات والأنشطة التي قد تسبب ألم أو إصابة إصبع القدم مرة أخرى لمدة 3-4 أسابيع، ما لم يوافق مقدم الرعاية الصحية على ممارستها.

## للمساعدة في تخفيف التورم وتسكين الألم:

- ارفع قدم طفلك على وسائد عندما يكون الطفل جالسًا أو نائمًا.
- ذكّر طفلك بتحريك أصابع القدم غير المصابة للحفاظ على دوران الدم بشكل طبيعي.
- ضع ثلجًا في كيس بلاستيك ملفوف في منشفة على إصبع القدم المكسور، عندما يكون طفلك مستيقظًا لمدة 20 دقيقة كل 3 ساعات لمدة تصل إلى يومين.
- لا تضع الثلج على الجلد مباشرةً.