

Patologia
Traumàtica
Maluc/Fèmur
(MFRHB)

hp
Hospital Plató

1

hp
Hospital Plató

**Consideracions generals*
**Aspectes a tenir en compte*
**Recomanacions*

CONSIDERACIONS GENERALS

El 90% de les fractures de maluc són degudes a una caiguda.

En les dones, el risc de fractura és 3 vegades superior als homes.

La fractura de maluc és una patologia seriosa: només la quarta part dels pacients tindran una recuperació completa.

ASPECTES A TENIR EN COMPTE

En la majoria dels casos es pot recolzar l'extremitat operada des del principi.

En ocasions, el/la seu/seva metge/ssa li pot prescriure un període determinat de descàrrega (és a dir, sense recolzar) el qual haurà de respectar.

És important la mobilització precoç ja que disminueix el risc de complicacions com la trombosi venosa profunda i les llagues per pressió.

Ha d'evitar les caigudes. Per això, a vegades pot ser útil l'ús d'un protector de maluc, que si es considera necessari se'l prescriurà el/la seu/seva metge/ssa.

Si el/la seu/seva metge/ssa li ha pautat vitamina D i calç o un altre tractament, ha de prendre'l de la manera indicada i no suspendre'l sense consultar-li-ho.

Mentre faci el tractament rehabilitador es recomana una dieta rica en proteïnes: carn peix, ous, làctics i els seus derivats.

Si té dolor pot prendre Paracetamol. Ha d'evitar el consum d'Aspirina pel dolor ja que té més efectes secundaris.

HA D'EVITAR

Aixecar o arrossegar pesos pesants.

Flexionar el tronc de forma excessiva si porta pes.

Pujar rampes i escales costerudes.

Agenollar-se.

Asseure's en seients baixos.

RECOMANACIONS

Mantenir-se en el pes adequat.

"Pensar abans de moure's".

Asseure's en cadires elevades i amb braços.

Aquest fullet us proporciona informació necessària sobre les **normes** a seguir

Si teniu qualsevol dubte o pregunta sobre qualsevol d'aquests o altres punts, **NO DUBTEU** de dirigir-vos al personal de la unitat.