

تعرض طفلك لكسر بسيط في الجزء الأسفل من الذراع، وهو ما يعرف بكسر العصن النضير، حيث يتم معالجة هذا الكسر بالدعامة والحمالة.

### الملخص

- تعرض طفلك لكسر بسيط في الجزء السفلي من الذراع.
- يتعافى هذا النوع من الإصابات في كل الحالات تقريباً دون فقدان أي من الوظائف.
- المتابعة الروتينية غير ضرورية لهذا النوع من الإصابات.
- يمكن خلع الحمالة عندما يصبح لدى طفلك القدرة على تحمل الألم. يمكن خلع الدعامة بعد مرور أسبوعين. إذا استمر طفلك في الشعور بالألم الشديد، فإنه يمكنك التقليل من استخدام الدعامة والحمالة في الأسبوع الثالث.
- تفادياً لتبيس 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 Breuklijn workdays from 9.00 to 12.00 a.m

### العلاج

يعد كسر العصن النضير للرسغ أو الجزء الأسفل من الذراع من الإصابات الشائعة بين الأطفال. يطلق على هذا النوع كسر العصن النضير لأنه يشبه عصب صغير منحنى، حيث يمكن علاجه بالدعامة والحمالة.

#### أول أسبوعين

- قم بارتداء الحمالة، وبعد ذلك قم بخلعها عندما يصبح لدى طفلك القدرة على تحمل الألم.
- قم بارتداء الدعامة.

#### مدة من أسبوعان إلى 3 أسابيع

- قم بارتداء الدعامة، وبعد ذلك قم بخلعها بمجرد أن يصبح لدى طفلك القدرة على تحمل الألم.

#### المدة من 3 أسابيع إلى 5 أسابيع

- حرك رسغ طفلك والجزء الأسفل من ذراعه.

#### بعد 5 أسابيع

- ابدأ في ممارسة الرياضة.

### الإرشادات

اتبع هذه الإرشادات للشفاء الفعال.

- ستحافظ الدعامة والحمالة على ذراع طفلك في وضعية مريحة.
- يمكن خلع الحمالة عندما يصبح لدى طفلك القدرة على تحمل الألم. يستمر طفلك في ارتداء الدعامة لمدة أسبوعين. في حال كان طفلك يعاني من شدة الشعور بالألم بعد أول أسبوعين، فإنه يمكنك الاستمرار في استخدام الدعامة في الأسبوع الثالث. بعد مرور الأسبوع الثالث، يجب أن يتوقف طفلك عن ارتداء الدعامة.
- الكسر موجود بالقرب من الرسغ. ومن المهم أن يبدأ طفلك في تحريك رسغه بعد مدة من أسبوع إلى أسبوعين. وهذا تفاديًا لتيبس لرسغ طفلك ولتحسين العلاج والتعافي.
- بعد مرور 3 أسابيع، يمكن لطفلك أن يبدأ جميع الأنشطة الاعتيادية من جديد حالما كان الألم متحتملاً. إذا استمر طفلك في الشعور بالألم شديد عند ممارسة تلك الأنشطة، فمن الأفضل الانتظار لبضعة أيام أخرى.
- يمكن خلع الدعامة عندما يستحم طفلك. تأكد من تجفيف الذراع تمامًا قبل وضع الدعامة مرة أخرى. يمكنك العثور على الإرشادات بشأن طريقة إعادة ارتداء الدعامة في التطبيق.
- هل يشعر طفلك بالألم؟ استخدم مسكن آلام خفيف مثل الباراسيتامول (أسييتامينوفين). لا تنتظر أن يشتد الألم.

### التعافي

- يتعافى هذا النوع من الإصابات في جميع الحالات تقريبًا بمرور الوقت وبالاستخدام، حيث لا تتطلب علاجًا محددًا كما أن المتابعة الروتينية غير ضرورية.
- هل يزيد الألم أم أنه لا يوجد تحسن؟ يرجى التواصل مع "Breuklijn" (الخط الساخن الخاص بالكسور).

### إعادة ارتداء الدعامة

إذا أردت إعادة ارتداء الدعامة، يمكنك العثور على الإرشادات 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، يرجى التواصل معنا أو زيارة [www.tjongerschans.nl](http://www.tjongerschans.nl)

#### اتصل بنا

0513 – 685 855 Breuklijn

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