

Kliniklerimiz Pazartesi-Cuma günleri 09:00 -17:00 saatleri arasında çalışır. Bu süre zarfında herhangi bir endişeniz veya sorunuz varsa lütfen aşağıdaki belirtilen yerlere başvurunuz:

Klinik 1B
Whittington Hospital
Magdala Avenue, London N19 5NF

Kırık kliniği: 020 7288 3799 or 5659
Alçı odası: 020 7288 5668

Bunun dışındaki saatlerde acil servis. Telefon: 020 7288 3304

Patient advice and liaison service (PALS) - Hasta Tavsiye ve İrtibat servisi Eğer övgü ve şikayetiniz veya endişeniz var ise lütfen 020 7288 5551'li telefonu arayarak veya whh-tr.whitthealthPALS@nhs.net internet adresine E-posta göndererek PALS servisimiz ile iletişime geçiniz.

Eğer bu broşürün büyük baskılı, sesli veya tercüme edilmiş kopyasına ihtiyacınız varsa, lütfen 020 7288 3182 numaralı telefonumuzu arayınız. İhtiyaçlarınızı karşılamak için elimizden geleni yapacağız.

[Twitter.com/WhitHealth](https://twitter.com/WhitHealth)
[Facebook.com/WhittingtonHealth](https://facebook.com/WhittingtonHealth)

Whittington Health NHS Trust
Magdala Avenue
London
N19 5NF
Phone: 020 7272 3070
www.whittington.nhs.uk

Date published: 11/03/2021
Review date: 21/08/2022
Ref: SC/T&O-VFC/5MF/01-Turk

© Whittington Health
Please recycle



5inci parmak(el) tarak kemiği kırığı

Hasta rehberi

(5th Metacarpal fracture- Turkish)



Elinizin küçük parmağının alt boğumunda bir kırığınız bulunmaktadır.

Kırığın iyileşmesi altı hafta sürebilir; ancak, bazı durumlarda, özellikle sigara içiyorsanız veya şeker hastalığınız varsa daha uzun da sürebilir.

10-14 gün boyunca kırık parmağı komşu parmakla beraber sarıp iyileşmesini bekleyin (sargı yıkanmak için veya yenilemek için arasına çıkarılabilir). Rehberlik için lütfen eğitici videoya bakın. İki hafta sonra sargıyı çıkarıp atın. Çoğu durumda başka bir tedaviye gerek yoktur.

Kırık ekleme yakın olduğundan, rahatsızlık verse bile mümkün olan en kısa sürede parmaklarınızı hareket ettirmelisiniz. Bu eklemlerin tutulmasını önler ve şişmenin azalmasını sağlar. Rehberlik için lütfen eğitici videoya bakınız.

Ancak altı hafta boyunca ağır kaldırma veya yüklemekten kaçının. Yeniden kırılma riskini azaltmak için ancak sekiz hafta sonra tekrar temas sporlarına katılabilirsiniz. Spor faaliyetleri sırasında parmakları bir sargıyla sarıp korumanız tavsiye edilir. 3-4 hafta sonra yüzmeye başlayabilirsiniz.

Bu kırıklar, hemen hemen her zaman çok güzel iyileşirler, bununla beraber kemik iyileştikten sonra kırığın olduğu yerde bir topaklık oluşabilir ve yumruk yaptığınızda orda bir düşüklük görülebilir. Bu, elinizi kullanmanızı pek etkilemez.

Araba kullanmadan önce, sürüş ön koşullarına uygunlunuzdan emin olunuz. Aracı acil olarak durdurmak zorunda kaldığınızda, bunu yaparken ağrının herhangi bir engel çıkarmaması gereklidir. Bu mümkün değilse **ARAÇ SÜRMEYİN**.

Rehberlik ve tavsiye sağlayan bir dizi hasta bilgilendirme broşürü ve videosu burada mevcuttur:



Leaflet written by Mr Chammaa