

# Thông tin về Cách chữa trị khi Bạn gãy Xương hông

## Information about Your Fractured Hip

Xương hông bao gồm đầu hay “khối cầu” của xương đùi (femur). Xương đùi gắn vào hốc xương chậu. Các dây chằng và cơ giữ cho khớp nối đứng vị trí.

---

### Tại sao lại xảy ra gãy xương hông?

(Why did it happen?)

---

Gãy xương hông hầu hết là dấu hiệu của chứng loãng xương.

---

### Có bao nhiêu loại gãy xương hông?

(What types of hip fractures are there?)

---

Xương hông có thể bị gãy:

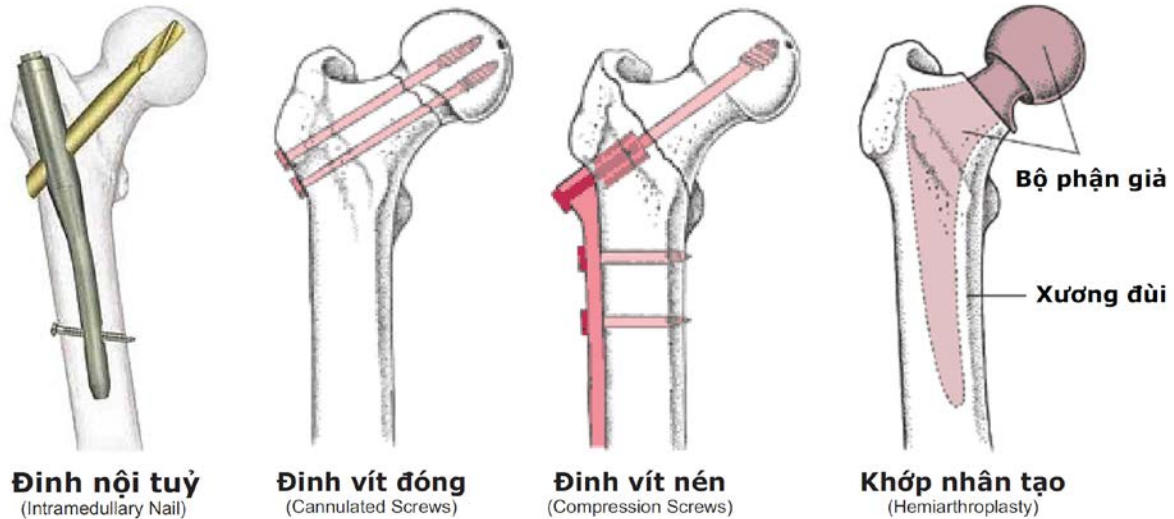
- ngang cổ xương (gãy cổ xương đùi) (transcervical/subcapital)
- bên dưới cổ xương (gãy mẫu xương đùi) (intertrochanteric)
- ngang xương đùi (gãy xương đùi) (subtrochanteric)



## Gãy xương hông được chữa trị như thế nào?

(How are hip fractures fixed?)

Có nhiều cách để chữa trị gãy xương hông. Cách thức điều trị tùy thuộc vào loại gãy xương hông của bạn. Một số cách điều trị được minh họa dưới đây:



Bác sĩ phẫu thuật sẽ nói chuyện với bạn về cách thức điều trị mà bạn cần. Nếu có thắc mắc, bạn hãy hỏi bác sĩ hoặc y tá của mình. Nếu có thể, hãy có thêm ai đó giúp bạn ghi nhớ những gì bác sĩ nói. Nếu không có ai tại thời điểm nói chuyện với bác sĩ và bạn muốn có thêm người biết thông tin, hãy yêu cầu bác sĩ gọi cho người đó.

## Lẫn lộn/Mê sảng

(Confusion/Delirium)

Một số người có thể trở nên bối rối hoặc mê sảng sau khi bị gãy xương hông. Các thành viên trong gia đình và bạn bè có thể giúp đỡ bằng cách cho bác sĩ hoặc y tá biết nếu bạn không hành động như thông thường.

## Làm thế nào tôi có thể sẵn sàng về nhà?

(How do I get ready to go home?)

Mục tiêu sau khi phẫu thuật là để bạn có thể về nhà ngay khi điều này an toàn cho bạn. Bạn có thể sẽ cần sắp xếp xe đưa bạn từ bệnh viện về nhà.

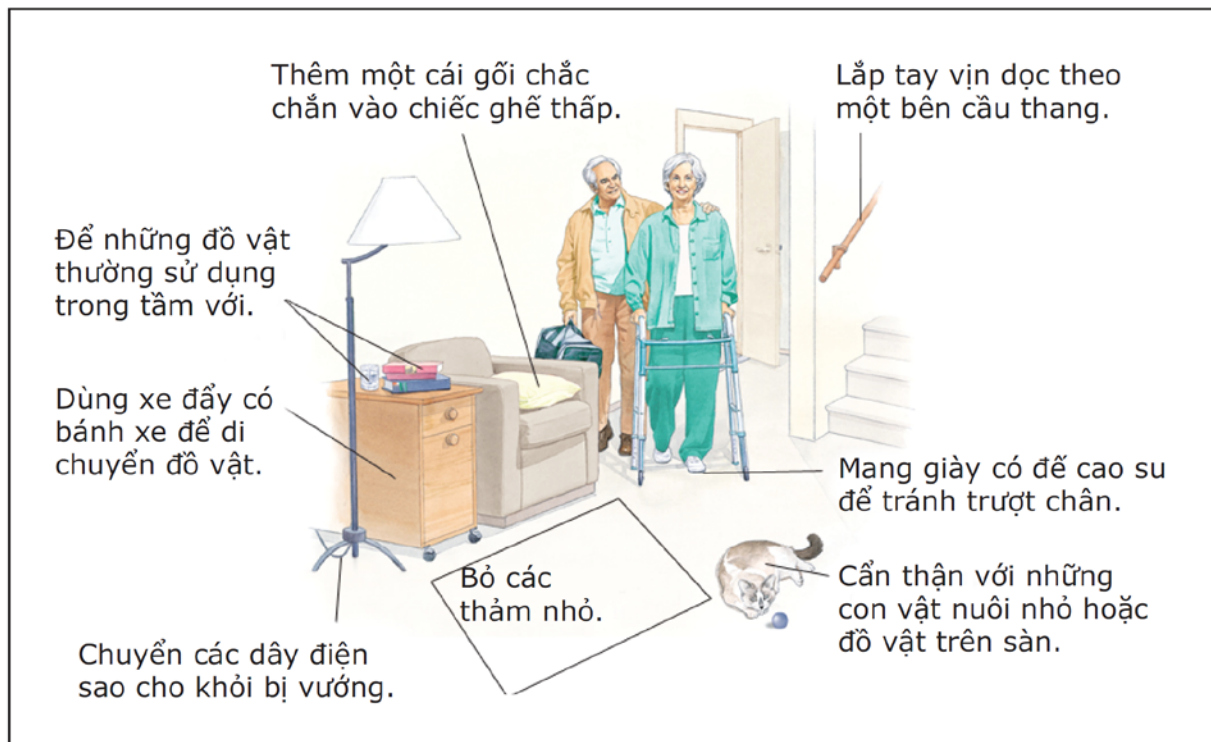
Khi bạn hồi phục, bạn sẽ được đánh giá mức độ có thể thực hiện các hoạt động hàng ngày (ví dụ tự mình lên giường và ra khỏi giường, mặc quần áo, đi bộ với sự trợ giúp, chuẩn bị các bữa ăn và các việc khác). Bạn có thể tự mình sắp xếp công việc càng sớm thì bạn càng có thể nhanh chóng về nhà. Các nhân viên y tế sẽ giúp bạn, nhưng công việc thực sự là tùy thuộc vào bạn.

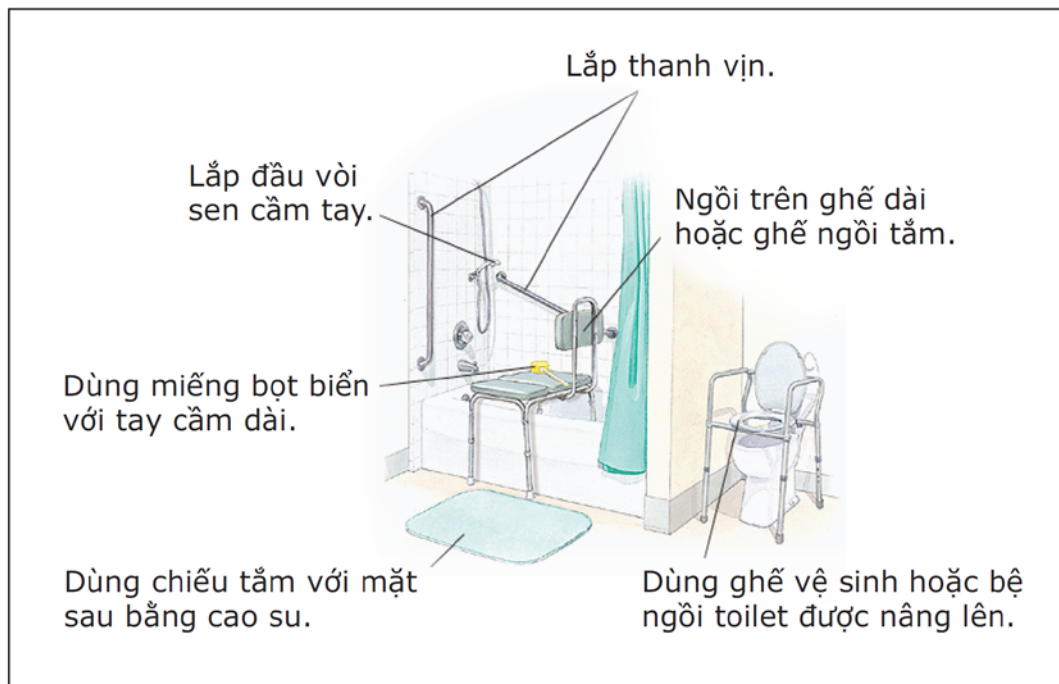
Một điều quan trọng là sắp xếp để có một người nào đó ở cùng bạn nếu bạn sống một mình. Thời gian họ ở cùng bao lâu sẽ phụ thuộc vào sự phục hồi của bạn và cách tổ chức ngôi nhà của bạn. Bạn cũng sẽ cần một ai đó để chuẩn bị bữa ăn cho bạn hoặc bạn có thể lựa chọn dịch vụ *Meals on Wheels*.

## Tôi có thể làm gì để chuẩn bị cho ngôi nhà mình sẵn sàng?

(What can I do to get my home ready?)

Trước khi bạn về nhà, bạn nên nhờ ai đó giúp sắp xếp ngôi nhà sẵn sàng cho bạn ngay khi bạn hồi phục. Hình minh họa bên dưới cho biết những vật dụng cần chuẩn bị hoặc những việc cần làm.





Nguồn: <http://mountnittany.org/welness-library/healthsheets/documents?ID=205>

Để được nhận tư vấn của y tá và thông tin về sức khỏe 24/7, vui lòng gọi cho **Health Link** theo số **811**.

**Sửa Đổi Lần Cuối:** Tháng Sáu 15, 2018

**Tác giả:** Bone & Joint Health Strategic Clinical Network, Alberta Health Services

Tài liệu này soạn ra chỉ sử dụng cho mục đích thông tin. Không nên dùng tài liệu này để thay thế cho việc khuyên giải/giảng dạy và/hoặc điều trị trong lãnh vực y khoa. Nếu quý vị có những thắc mắc riêng, xin vui lòng tham khảo với bác sĩ của quý vị hoặc những chuyên viên y tế thích hợp.