

Polikliniklerimiz Pazartesi-Cuma günleri 09:00-17:00 saatleri arasında çalışır. Bu süreler içinde herhangi bir endişeniz veya sorunuz varsa, lütfen aşağıdaki numaraları arayınız:

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 no: 020 7288 3304

[Patient advice and liaison service \(PALS\)-Hasta Tavsiye ve öneri servisi](#)

Eğer övgü ve şikayetiniz veya endişeniz var ise lütfen 020 7288 5551'li telefonu arayarak veya [whh-tr.whitthealthPALS@nhs.net](mailto: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](http://www.whittington.nhs.uk)

Date published: 14/01/2021  
Review date: 16/07/2022  
Ref: SC/T&O-VFC/NHF/01-Turk

© Whittington Health  
Please recycle



## Pazu Kemiği Boyun Kırığı

### Hasta rehberi

(Neck of Humerus Fracture- Turkish)



Röntgen resminde gösterildiği gibi pazu kemiği (üst kol) kırığı teşhisi konulmuş bulunmaktasınız.

Bunların çoğu ameliyat olmadan tedavi edilebilir ama çok ağrılı ve şişme olabilir. Kırığın iyileşmesi yaklaşık 3 ay sürebilir.

Gerektiğinde röntgen için hastaneye tekrar çağrılabilirsiniz.

Yanda gösterildiği gibi bir yaka ve manşet askısı sağlanacaktır.

Elin dirsekten yukarı doğru bir basınç olmadan manşetten askıda olması önemlidir. Dirsek askıda serbestçe bırakılmalıdır aksi takdirde kırık hareket edebilir ve ağrıya neden olabilir.

Dirseğinizi sandalyenin koluna sakın yaslamayın.

Günlük egzersizleri yapmak için kolunuzu askıdan zaman zaman askıdan çıkarmanız teşvik edilir . Rehberlik için lütfen videomuza bakın :

<https://www.whittington.nhs.uk/VFC>

1. Pendular shoulder exercises( kol sarkıtılarak yapılan hareketler)
2. Elbow exercises(dirsek hareketleri)
3. Wrist and hand exercises(bilek ve el hareketleri).

Yeni ortaya çıkan uyuşma, karıncalanma veya elinizde güç kaybı yaşarsanız, tavsiye için lütfen kliniğe başvurun.

Araba sürebilmek için yasal uygunluk ile ilgili bilgilere DVLA web sitesinden ulaşabilirsiniz.

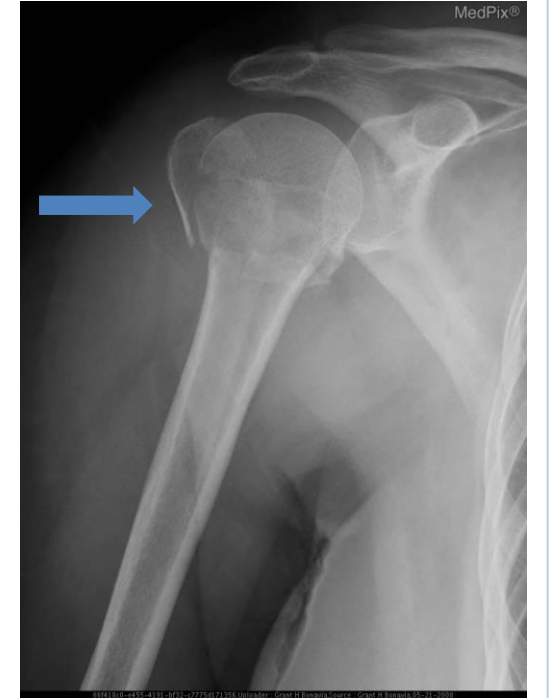
Rehberlik ve tavsiye sağlayan bir dizi hasta bilgilendirme broşürü ve videosuna şuradan ulaşabilirsiniz.:



## Yaka ve manşet askısı



## Pazu Kemiği Boyun Kırığı



Leaflet Written by R. Chammaa, S. Mellett