환자 정보지

Fractured Ribs

갈비뼈 골절

병원:

갈비뼈 골절에 대해 알기

갈비뼈 골절은 흉부에 발생하는 가장 흔한 부상입니다. 충격을 받은 지점이나 그 보다 뒤쪽의 가장 약한 부분에서 골절이 발생합니다.

보통 기침을 하거나 심호흡을 할 때 통증이 발생하며 한 개 또는 그 이상의 갈비뼈에서 만질 때 통증이 느껴집니다.

X레이 상으로 갈비뼈 골절이 나타나지 않을 때도 있으나 이는 내부 장기에 손상이 있는지 확인하는 데 유용합니다. X레이에서 밝혀진 사실들이 정확한 진단을 내리는 데 도움이 됩니다.

갈비뼈 골절 시 내부 장기에 손상을 입는 경우도 있습니다; 의사나 보건 종사자가 이를 확인하기 위해 검사를 할 것입니다.

알아 두어야 할 사실

- 통증이 1주일 간 심해질 수 있고 8주 간 지속되기도 합니다. 응급 부서에서 퇴원했다면 의사가 진통제에 대해 알려준 정보를 이해하는 것이 중요합니다.
- 노인들과 흡연자, 폐질환을 앓고 있는 사람, 여러 개의 갈비뼈가 골절된 사람들에게는 폐렴과 같은 합병증의 우려가 높아집니다.

회복에 도움이 되는 조언

- 통증을 다스리는 것이 가장 중요합니다. 통증을 다스리지 못하면 숨 쉬는 것이 어렵습니다.
- 의사가 처방해 준 진통제를 복용하고 진통제 복용을 지속해야 하는지 지역의사나 약사에게 계속 문의하십시오. 진통제는 효과적이어야 하고 참을 수 없는 고통을 지속적으로 완화시켜 주어야 합니다.
- 처음 3-4주 간은 격렬한 활동을 피해야 하며 그 다음, 아프지 않은 범위 내에서 육체적인 활동을 시작할 수 있습니다. 통증이 심해지면 너무 많이 움직였다는 뜻입니다. 의사나 물리치료사에게 이에 대해 이야기하십시오.
- 의사나 물리치료사가 괜찮다고 하지 않은 한, 추가 손상을 예방하기 위해 최소 6주 간은 운동을 멀리하십시오.

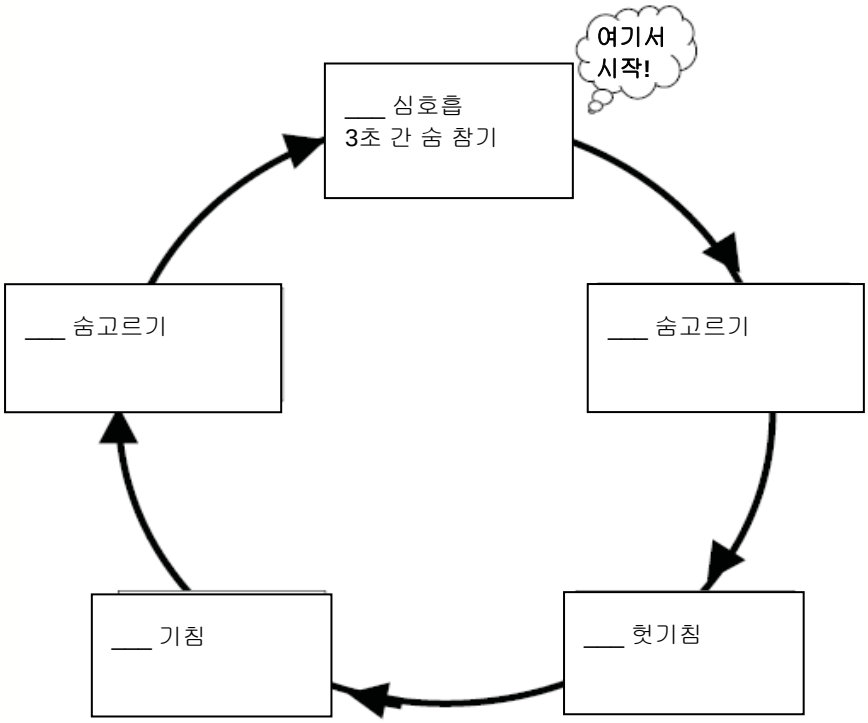
! 열이 난다거나 걷잡을 수 없이 기침이 나고, 복통이 발생하거나 숨쉬기가 곤란해지고, 기침을 할 때 탁하거나 변색된 가래가 나온다면 - 즉시 의사나 병원에 연락하십시오.

뉴사우스웨일즈주 응급 부서 물리치료 네트워크 그룹(NSW Emergency Department Physiotherapy Network Group) 정보를 바탕으로 2012년 2월, ECI에서 작성. 다음 웹사이트를 통해서도 확인할 수 있습니다. www.ecinsw.com.au

환자 정보지

갈비뼈 골절

해 볼만한 운동



_____ 회 반복

매 시간

- 헛기침을 하거나 기침을 할 때 통증을 줄이기 위해 쿠션을 아픈 쪽에 꼭 대고 있어 보십시오.
- 침대에서 일어나 앉아 있고 무리가 없는 한 많이 움직이십시오. 이렇게 하면 폐 합병증의 발생 위험이 감소합니다.

지시사항:

추후 조치

- 응급 부서 의사가 지시한 대로 물리치료를 받으십시오.
- 통증이 통제되지 않거나 심해지고, 숨쉬기에 문제가 있거나 기침에 가래가 나온다면 지역의사에게 가서 진찰받으십시오.

도움 구하기:

의학적으로 응급 상황일 경우, 가까운 응급 부서로 가거나 000번으로 전화하십시오.

Emergency Care Institute
NEW SOUTH WALES

Published Jun 2015. Next Review 2025. © State of NSW (Agency for Clinical Innovation)

주의: 본 건강 정보는 일반 교육 목적용으로 만들어 진 것입니다. 본 정보가 본인에게 적합한지 확인하기 위해서는 의사나 보건 전문가와 상의해야 합니다.