تعویض مفصل زانو :

تعویض مفصل زانو یا آرتروپلاستی کامل مفصل زانو ، نوعی جراحی است که با استفاده از آن سطح مفصلی استخوانهای ران و ساق در مفصل زانو را با یک سطح مصنوعی جایگزین میکنند.

علل تعویض مفصل زانو :

- آرتروز: از عوامل شایع ایجاد درد در افراد بالاتر از چهل سال بوده و شایعترین بیماری تخریبی مفاصل بدن می باشد.
- روماتیسم مفصلی یا آرتریت روماتوئید که نشانه‌های آن شامل : ضعف و خستگی ، تورم و درد مفاصل ، سفتی صبحگاهی مفاصل
- پارگی منیسک و رباط
- نقص غضروفی

خطرات تعویض مفصل زانو :

- عفونت زخم
- خون لختگی
- خونریزی درون مفصلی
- درد مزمن یا سفتی اندام





PARS HOSPITAL

WWW.PARS-HOSPITAL.COM

مراقبت بعد از جراحی :

دقت به موارد زیر در چند هفته اول بعد از جراحی مهم بوده و موجب کاهش بروز عوارض احتمالی میشود.

- وسایلی که بیشتر مورد نیاز است باید در نزدیک محل نشستن بیمار باشد.
- صندلی مورد استفاده باید طوری باشد که محل نشستن آن بالاتر از معمول و کمی سفت باشد. مبل راحتی مناسب نیست.
- در محلی از منزل که بیمار بیشترمینشیند لوازم مورد نیازش مثل تلفن، ریموت کنترل ها، رادیو، دستمال کاغذی، لوازم خواندن و نوشتن و داروها را در کنارش بگذارید.
- بیمار بعد از مدتی باید بتواند براحتی روی صندلی بنشیند و بلند شود.
- بیمار به تدریج باید فعالیت های روزانه معمول در منزل را شروع کند.
- بیمار طبق یک برنامه منظم باید هر روز مقدار معینی البته با نظر پزشک خود در منزل راه برود. باید هر روز زمان و مسافت راه رفتن بیشتر شود و بهتر است در صورت امکان بعد از مدتی هر روز مدتی در خارج از منزل هم راه پیمایی داشته باشد.



PARS HOSPITAL

بیمارستان پارس

- بیمار باید حداقل هر یک ساعت یکبار بلند شده و راه برود.
- لباسی پوشیده شود که جیب های بزرگ داشته باشد تا فرد بهتر بتواند لوازم مورد احتیاجش را در جیب بگذارد.
- چیدمان وسایل داخل خانه را طوری تغییر دهید تا فرد بتواند راحتتر با واکر یا عصای زیر بغل رفت و آمد کند.
- در چند هفته بعد از جراحی بیمار باید از واکر یا عصای زیر بغل استفاده کند و تا وقتی حرکت و قدرت عضلات اطراف مفصل ران وی خوب نشده است احتمال زمین خوردن زیاد است و بالا و پایین رفتن از پله ممکن است خطرناک باشد.
- بهتر است تا چند ماه استفاده از پله را به تعویق بیندازد. در بالا رفتن از پله اول باید پای سالم را جلو گذاشته و سپس پای عمل شده را در کنار آن قرار دهد و سپس عصای زیر بغل را جلو بیاورد. در پایین رفتن از پله اول باید عصای زیر بغل را در روی پله پایینی گذاشته و سپس پای عمل شده را روی پله پایینی گذاشته و سپس پای سالم را پایین بیاورد.

PARS HOSPITAL
بیمارستان پارس



تعویض مفصل زانو



واحد آموزش به بیمار

- بیمار باید نرمش هایی را که فیزیوتراپ به وی آموزش داده است طبق یک برنامه منظم بصورت روزانه انجام دهد. هدف از انجام این نرمش ها افزایش دامنه حرکت و نرم شدن حرکت مفصل و افزایش قدرت عضلات اطراف مفصل است. این نرمش ها حداقل تا دو ماه بعد از جراحی ادامه یابد. سعی کنید تا آنجا که امکان دارد زانوی خود را خم و راست کنید. اگر وسیله دوچرخه ثابت در اختیار دارید استفاده از آن برای شما مفید است.
- اگر زانوی چپ شما عمل شده است و اتومبیل دنده اتوماتیک در اختیار دارید میتوانید یک هفته بعد از جراحی رانندگی کنید البته به شرطی که داروهایی که روی هوشیاری تاثیر دارند مصرف نکرده باشید.

اگر زانوی راست را عمل کرده اید رانندگی به ۶-۸ هفته بعد از عمل موکول میشود.

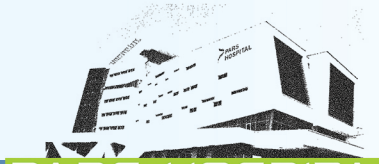
- به هر طرفی که مایل هستید در صورت تحمل درد میتوانید بخوابید.

میتوانید از یک بالشت بین دو زانو استفاده کنید.

- در صورت لزوم میتوان جهت انجام موارد ذکر شده از کمک یک فیزیوتراپ استفاده کرد.
- بسته به اینکه کار قبلی فرد با چه اندازه از فعالیت بدنی همراه بوده است بین یک و نیم تا دو ماه طول میکشد تا وی بتواند به سر کارش برگردد.
- تا آنجا که میتوانید راه بروید ولی راه رفتن جایگزین نرمش هایی که باید انجام بدهید نیست.
- از سرویس بهداشتی فرنگی استفاده کنید.



منبع : برونر سودارث
گروه هدف : بیمار و کادر درمان



PARS HOSPITAL
WWW.PARS-HOSPITAL.COM