

میکند . تمرینات تقویتی زیر نظر فیزیوتراپیست بایستی شروع شود تا از عوارض جراحی کاسته شود

بیمار محترم فراموش نکنید :

در کلیه بیماریها رعایت بهداشت فردی و شستشو مرتب دستها توسط بیمار و همراه در کنترل و پیشگیری عفونت اهمیت به سزایی دارد .

لازم بذکرست واحد آموزش ارتقای سلامت در ایام عادی هفته از ۸-۱۳:۳۰ صبح و واحد پرستار پیگیر در ایام عادی هفته از ۸-۱۳:۳۰ و روزهای شنبه و سه شنبه از ساعت ۱۵-۱۸ پاسخگوی سوالات آموزش خود مراقبتی از بدو ورود به بیمارستان -بدو ورود به بخش -حین بستری و ترخیص و بعداز ترخیص شما میباشد.
-۵۵۲۳۷۲۶۰

۹۴- ۵۵۲۲۸۵۹۳-داخلی ۳۳۱

سوپروایزر آموزش ارتقای سلامت : خانم کاهه

سایت بیمارستان :

WWW.HOSPHT.IUMS.AC.IR

شماره های تماس :

۴- ۵۵۲۲۸۵۸۱

تاریخ تهیه : فروردین ۹۶

تاریخ بازنگری : شهریور ۱۴۰۳

فرد تانید کننده : دکتر کیایی

کد: Pa-HPT-22

بیمارستان شهدای هفتم تیر

تعویض مفصل زانو



تهیه و تنظیم : واحد آموزش ارتقای سلامت
بیمارستان شهدای هفتم تیر

جراحی تعویض مفصل زانو :

هدف : این جراحی درد ناشی از آرتروز شدید را تسکین می دهد و به بیمار کمک می کند تا بهتر راه برود . سایش تدریجی با افزایش سن ، بیماری ها و جراحات ناشی از ضربات ، ممکن است به غضروف زانو که روی استخوانها را می پوشاند آسیب برساند و مانع از درست کار کردن مفصل زانو شود .

این عمل که آرتروپلاستی زانو هم می نامند که یکی از رایج ترین اعمال جراحی ارتوپدی است .

علل تعویض مفصل زانو :

انواع شایع آرتروز زانو شامل استئوآرتروز و آرتروز روماتوئید است . شایع ترین علامت آرتروز زانو بدون توجه به نوع آن ، درد ، تورم و خشکی یا سفتی در حرکت زانو است .

در طول زمان این خشکی مفصل ممکن است آنقدر شدید شود که راه رفتن را برای فرد ناممکن کند ، همچنین بسته به علت آرتروز ممکن است علائم دیگری داشته باشد .

استئوآرتروز یا آرتروز زانو :

سایش غضروف مفصل زانو و تحلیل رفتن تدریجی آن که حرکات طبیعی زانوها را دردناک می کند استئوآرتروز نام دارد . و در میان افراد بالای ۵۰ سال بیشترین شیوع را دارد .

آرتروز روماتوئید :

یک بیماری مزمن است که در آن دستگاه ایمنی بدن به اشتباه به مفاصل حمله می کند و باعث درد و تورم می شود .

چه هنگامی باید جراحی کرد ؟

جراحی تعویض مفصل ممکن است هنگامی انجام شود که سایر درمان های آرتروز مؤثر واقع نشده اند یا بیمار هر یک از نشانه های زیر را دارد : محدودیت توانایی راه رفتن ، ناتوانی در نشستن روی صندلی یا بلند شدن از آن ، قوس برداشتن زانو به سمت داخل یا خارج ، درد متوسط یا شدید هنگام استراحت ..

-آماده کردن خانه پیش از جراحی :

اگر تصمیم دارید تعویض زانو انجام دهید پیش از جراحی باید تغییراتی در منزلتان ایجاد کنید .

- ۱- میله های ایمنی در دستشویی و حمام نصب کنید .
- ۲- فرش و پادری هایی که ممکن است روی آنها بلغزید را جمع کنید .
- ۳- پایه برای بالا نگه داشتن پاهایتان بخرید .
- ۴- همچنین باید از کسی بخواهید که برای انجام فعالیت های روزانه در حین چند هفته دوره ی بهبودی پس از عمل به شما کمک کند .

جراحی چگونه انجام می شود ؟

این جراحی معمولاً ۱ تا ۲ ساعت طول می کشد ، جراح غضروف و استخوانهای آسیب دیده را از زانو برمی دارد ، بعد پزشکی ایمپلنتهای فلزی را به انتهای استخوانهای ران و ساق متصل می کند ، یک اسپیسر پلاستیکی این قطعات پلاستیکی را از هم جدا می کند و امکان می دهد مفصل به طور نرم تری حرکت کند .

بازگشت به خانه پس از جراحی :

هنگامی که از بیمارستان به خانه برمی گردید می توانید با کمک عصا یا واکر راه بروید و در انجام فعالیت های روزانه از دیگران کمک بگیرید .

رعایت دستورات پزشک درباره ی فعالیت جسمی در هفته های پس از عمل جراحی الزامی است . استراحت بیش از حد ممکن است روند بهبودیتان را کند کند . اما در عین حال نباید زیاد روی مفصل تازه تان فشار بیاورید

خطرات جدی :

دردناک بودن و غیر جذاب بودن جای برش جراحی ، عفونت یا خونریزی شدید ، ایجاد لخته در وریدهای (پا)علائم : درد و تورم) ، آمبولی ریوی در نتیجه ی حرکت لخته ها ، برای جلوگیری از تشکیل لخته (فرآیند پرستاری) ، شامل استفاده از نوارهای کشی ، داروهای رقیق کننده خون و حرکت دادن پا و قوزک پا می باشد نشانه های هشدار دهنده وارد شدن لخته ی خون به ریه ها (آمبولی ریوی) : تنگی نفس ، درد ناگهانی قفسه سینه ،

. سرفه کردن می باشد

نشانه های عفونت : تب ، بدتر شدن قرمزی و حساسیت زانو ، خروج چرک از زخم جراحی می باشد .

مراقبت پرستاری بعد از عمل جراحی تعویض مفصل زانو

- ۱- زخم جراحی بیمار بخیه شده و روی آن پانسمان قرار گرفته است . پانسمان باید هر چندوقت یکبار تعویض شود (فاصله زمانی بین تعویض پانسمان را پزشک تعیین می کند).
- ۲- در چند ماه اول بعد از عمل مختصری تورم در محل عمل و اندام تحتانی مبتلا وجود دارد که طبیعی است ولی هرگونه افزایش تورم را باید به پزشک اطلاع دهید .
- ۳- قدری بی اشتهایی تا چند هفته بعد از عمل طبیعی است بهتر است بیمار از مواد غذایی حاوی آهن زیاد و میوه استفاده کند و آب زیاد بنوشد .
- ۴- مواد حاوی زیادی ویتامین K مثل کلم بروکلی، جگر، لوبیا سبز ، سویا ، اسفناج ، کلم ، گل کلم ، کاهو و عدس و پیاز را مصرف نکنید . (برای جلوگیری از تشکیل لخته) .
- ۵- الکل ننوشید و قهوه نیز مصرف نکنید!!!
- ۶- احتمال تشکیل لخته نیز وجود دارد .
- ۷- علائم لخته : درد در پشت ساق ، قرمزی در پشت ساق ، تورم ساق پا یا ران ، لخته حرکت می کند و در نهایت لخته به ریه می رسد و درد قفسه ی سینه و نهایتاً باعث مرگ می شود .

فیزیوتراپی :

ارجاع بیمار به واحد فیزیوتراپی از ضرورت های بعد از جراحی است

استفاده از CPM روشی در جهت خم

وراست کردن مفصل زانو)

کمک بسیاری در بازگشت سریع بیمار به زندگی