

## واحد آموزش

### سلامت

#### نحوهٔ جراحی:

زمان جراحی حدود ۲-۳ ساعت

طول می‌کشد و جراح ناحیه آسیب دیده را برمیدارد و سپس مفصل جدید را قرار می‌دهد. بعد از جراحی چند روز در بیمارستان خواهید ماند که این مدت بسته به شرایط جسمی خودتان دارد.

- دارویی برای کاهش درد در بیمارستان به شما داده می‌شود.

به یاد داشته باشید حتماً پس از جراحی نفس‌های عمیق بکشید و مج‌پا و انگشتان پا را به آرامی تکان دهید تا جریان خون شما آهسته نگردد و مشکلات دیگری برای شما به وجود نیاید.

#### مراقبت‌های پس از تعویض مفصل زانو:

برای جلوگیری از لخته شدن خون در پاها و کاهش التهاب از جوراب واریس و داروهای ریقیک کننده خون طبق نظر پزشک استفاده نمایید.

با مصرف صحیح آنتی‌بیوتیک‌ها طبق نظر پزشک و بررسی محل جراحی از نظر تورم، سفتی و ترشح و اطلاع سریع این موارد به پزشک از بروز عفونت بعد از عمل پیشگیری کنید.

توجه: در این بیمارستان همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ صبح در صورت نیاز می‌توانید به واحد آموزش به بیمار مراجعه فرمایید. تلفن: ۰۷۱-۹۱۰-۹۲۲۶

#### مراقبت‌های قبل از عمل تعویض مفصل زانو:

- از نیمه شب قبل از عمل چیزی نخوردید.
- انجام آزمایشات خون ادرار طبق دستور پزشک
- انجام نوار قلب و بررسی وضعیت قلب و عروق
- انجام رادیوگرافی زانو جهت تعیین میزان آسیب و تغییر شکل زانو
- هرنوع عفونت، حساسیت، تغییر وضعیت و تورم در قسمت های پا باید اطلاع داده شود.
- کلیه داروهایی که استفاده می‌کنید به پزشک اطلاع دهید.
- انجام معاینات دندان پزشکی و درمان هرگونه مشکلات دندان
- درمان هرگونه عفونت ادراری و یا سایر قسمت‌های بدن



اگر درد مفصل زانو تا اندازه‌ای شدید شود که مصرف دارو نتواند آن را تسکین دهد و یا مشکلات موجود در مفصل فعالیت‌های روزمره را دردناک یا غیر ممکن سازد، پزشکان جراح می‌توانند در مواردی مفصل آسیب دیده را با مفصل مصنوعی تعویض نمایند.

#### برنامه ریزی برای بهبود:

برای انتقال خود از بیمارستان به منزل باید هماهنگی کافی را انجام داد در طول چند هفته اول بعد از جراحی مراقبت‌های پرستاری باید دقیق باشد.

کلیه وسائل لازم باید در دسترس باشد تا مجبور به خم شدن نشوید.

#### مراحل تعویض مفصل زانو





## مراقبت های پس از تعویض مفصل زانو



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش سلامت

کد پنفلت: 1.Pa.P-E43.AH

[سایت مرکز:](http://www.amiralmomeninhospital.com) www.amiralmomeninhospital.com

بازنگری: بهار ۱۴۰۲

ایجاد تغییرات زیر در منزل به بهبودی شما کمک می کند:

- ✓ پله های منزل حتما نرده داشته باشد.
- ✓ در حمام یک نرده به عنوان تکیه گاه وجود داشته باشد.
- ✓ از توالت فرنگی با نشیمن گاه بلند استفاده نمایید.
- ✓ یک صندلی بلند در حمام قرار دهید.
- ✓ فرش های نرمی که ممکن است باعث لیز خوردن شما شود را جابجا کنید.
- ✓ بهتر است محل زندگی شما پله نداشته باشد.
- ✓ از صندلی بلند یا صندلی کوتاه که روی آن یک بالشت قرار گرفته و پشت آن محکم است، استفاده کنید.
- ✓ یک میز یا چهارپایه کوچک در هنگام نشستن زیر پاها قرار دهید.

در صورت بروز علائم زیر به پزشک مراجعه نمایید:

- افزایش درد و تورم در ساق پا
- تنگی نفس و درد قفسه سینه
- تب و لرز
- قرمزی، تورم و التهاب محل عمل
- ترشح از محل عمل جراحی
- افزایش درد زانو حتی زمان استراحت

مراقبت های پس از تعویض مفصل زانو:

- جهت راه فتن طبق توصیه پزشک و فیزیوتراپیست عمل کنید و از عصا یا واکر استفاده نمایید.
- مج پا و انگشتان پا را در زمانی که خوابیده اید حرکت دهید.
- حدود ۶-۷ هفته بعد از عمل جراحی زمانی که زانوهای شما بخوبی خم می شود، می توانید رانندگی را آغاز کنید.
- مراقب باشید که زمین نخوردید، هر افتادگی باعث آسیب به زانوی تعوض شده می شود.
- به صورت تدریجی دامنه‌ی حرکتی و فعالیت خود را افزایش دهید.
- در طی دو سال اول بعد از عمل جراحی قبل از انجام هر پروسه‌ی جراحی مانند جراحی دندان و... آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک مصرف نمایید.
- در زمان مشخص شده جهت معاینه زانوی تعویض شده به پزشک خود مراجعه نمایید.



منبع: آموزش به بیمار ماری. ام. کانبیو  
طراحی و تنظیم: مسئول آموزش سلامت