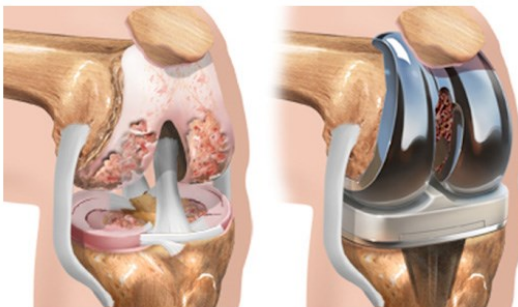




تعویض مفصل زانو



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۴/۰۶/۱۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۰۶/۱۱

کد پمفلت: PA-۰۱-۱۰۱۸

شماره بازنگری: ۰۰

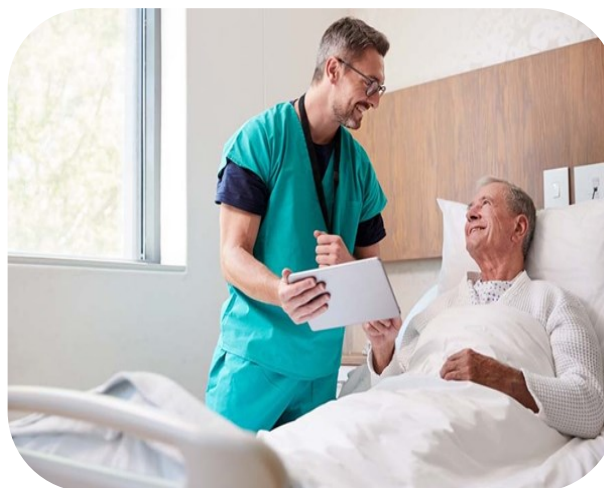
جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت
تهیه کننده: بخش ارتوپدی- واحد آموزش سلامت

یادتان باشد:

این جراحی راهی برای بازگشت به زندگی فعال تر است. نقش شما در انجام تمرینات و مراقبت ها به



منابع:

<https://www.clinicalkey.com>

تایید شده توسط آقای دکتر امیرشهریار آریامنش
متخصص ارتوپدی و فوق تخصص جراحی زانو از
انگلستان و دانشیار دانشگاه علوم پزشکی مشهد

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید
بصورت **رایگان** همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به
کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)

تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰

وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

علائم هشدار چه مواردی هستند؟

- درد شدید و غیر قابل کنترل
 - تورم ناگهانی و زیاد پا
 - تب و لرز
 - تنگی نفس یا درد قفسه سینه
 - لخته شدن خون در پاها
 - قرمزی، گرمی و یا ترشح از محل جراحی
- در صورت بروز این علائم سریعاً به پزشک مراجعه کنید.

توصیه های تغذیه ای بعد از عمل جراحی تعویض مفصل زانو چیست؟

- ⇐ مصرف پروتئین کافی (مثل مرغ، ماهی، حبوبات و لبنیات کم چرب) برای ترمیم بافت ها
- ⇐ مصرف میوه و سبزیجات تازه برای تامین ویتامین ها
- ⇐ محدود کردن نمک، چربی و قند
- ⇐ نوشیدن آب کافی



مددجوی گرامی:

این مطالب به منظور آشنایی با تعویض مفصل زانو و مراقبت‌های لازم بعد از آن تهیه شده است. امید است با مطالعه مطالب قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

تعویض مفصل زانو چیست؟

تعویض مفصل زانو یک عمل جراحی است که در آن بخش‌های آسیب دیده مفصل زانو برداشته می‌شود و با قطعات مصنوعی (پروتز) جایگزین می‌شود. این عمل برای کاهش حرکت، بهبود حرکت و بالا بردن کیفیت زندگی انجام می‌شود.

چه کسانی به تعویض مفصل زانو نیاز دارند؟

- * درد شدید و مداوم زانو که باعث محدودیت در راه رفتن و فعالیت‌های روزانه شود.
- * ورم و التهاب مزمن زانو که با دارو و درمان‌های دیگر بهبود پیدا نکند.
- * تغییر شکل زانو (انحراف به داخل یا خارج).
- * شکستگی یا آسیب شدید مفصل که قابل ترمیم نباشد.

آمادگی قبل از جراحی چیست؟

⇐ انجام آزمایش و عکسبرداری‌های لازم



⇐ تنظیم برخی داروها طبق نظر پزشک (مثل داروهای رقیق کننده های خون).

⇐ حمام کردن و رعایت بهداشت قبل از عمل

⇐ آموختن تمرینات تنفسی و حرکتی برای بعد از عمل

⇐ از ۸ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید.

مراقبت‌های پس از عمل در بیمارستان چیست؟

- * کنترل درد با داروهای تجویز شده توسط پزشک
- * استفاده از داروهای آنتی بیوتیک و ضد لخته طبق دستور پزشک
- * فیزیوتراپی و حرکت دادن آرام زانو طبق صلاحدید پزشک از روزهای اول
- * استفاده از واکر یا عصا برای راه رفتن ایمن
- * مراقبت از پانسمان و پیشگیری از عفونت
- * توصیه می‌شود از چرخاندن ناگهانی زانو و یا خم کردن بیش از حد آن خودداری کنید.

مراقبت‌های پس از ترخیص در منزل چیست؟

- ♦ بالا نگه داشتن پا در هنگام استراحت برای کاهش ورم
- ♦ انجام تمرینات ورزشی توصیه شده توسط فیزیوتراپ
- ♦ پرهیز از نشستن روی صندلی یا مبل خیلی کوتاه



♦ تعویض منظم پانسمان طبق دستور پزشک و توجه به علائم هشدار

♦ هنگام مراجعه به دندانپزشک یا هر پزشک دیگری اطلاع دهید که مفصل شما تعویض شده است.

♦ قالی‌های نرم که ممکن است سبب لیز خوردن شما شوند را، جابجا کنید.

♦ در زمان تعیین‌شده حتماً به پزشک معالج جهت بررسی زانوی تعویض‌شده، مراجعه کنید.

♦ وزن مناسب خود را حفظ کنید.

♦ از پریدن، دویدن سنگین یا بلند کردن اجسام خیلی سنگین پرهیز کنید.

♦ تا زمان تایید پزشک رانندگی نکنید.

