



مراقبت های پس از عمل جراحی مفصل زانو

- ❖ هر جراحی همراه با درد خواهد بود که در اشخاص مختلف شدت آن متفاوت است برای کاهش درد از مسکن که پزشک برای شما تجویز کرده استفاده کنید.



- ❖ ۴۸ ساعت پس از جراحی و پس از خاج سازی درن، می توانید از تخت پایین بیایید و با واکر راه بروید و این واکر تا دو هفته با شماست.
- ❖ بعد از اینکه با واکر شروع به راه رفتن کردید، نترسید و پاهایتان را زمین بگذارید و روی آن وزن بگذارید. و از همین زمان می توانید مفصل خود را خم کنید و محدودیت خاصی ندارد.
- ❖ روز ترخیص می توانید حمام کنید ولی روی زخم آن آب نریزید. روز پنجم پس از ترخیص می توانید در حمام زخم خود را بشوید. هر نوبت پس از حمام پانسمان را عوض کنید. پانسمان باید روزانه یکبار تعویض شود.

- ❖ زخم جراحی ممکن است تا چند روز ترشحات آبکی و زلالی داشته باشد که طبیعی است ولی اگر ترشحات زخم بیش از چند روز طول کشید یا ترشحات غلیظ یا زرد رنگ یا بودار شد به مطب مراجعه کنید.

- ❖ اگر خونریزی فعال اتفاق افتاد (خون روشن و گرم که علیرغم فشار دادن روی زخم بند نیامد) به اورژانس بیمارستان قائم (عج) مراجعه کنید.

- ❖ در زمانی که جراح مشخص می کند (معمولا دو هفته پس از عمل) جهت ویزیت و کشیدن بخیه ها به مطب مراجعه کنید.

- ❖ برای جلوگیری از لخته شدن خون و آمبولی، داروی رقیق کننده ی خون (آمپول انوکسپارین یا همان سلکزان) که به زیر ناف زیر جلدی تزریق می شود استفاده کنید.

- ❖ در چند ماه اول بعد از عمل مختصری تورم در محل عمل و اندام تحتانی مبتلا وجود دارد که طبیعی است ولی در صورتی که ساق پای شما بیش از اندازه سفت، متورم و قرمز رنگ شد حتما مطب مراجعه کنید.

- ❖ فیزیوتراپی از دو هفته بعد از عمل آغاز می شود.

- ❖ ممکن است تعدادی از بیماران از درد خفیف تا متوسطی تا یکسال رنج ببرند و حتی چند سال بعد از جراحی شاکی باشند.
- ❖ دو ماه پس از تعویض مفصل می توانید رانندگی کنید.

- ❖ بروز در رفتگی مفصل جدید، تا یکسال اول پس از جراحی محتمل است بنابراین مراقب خود باشید. در حمام و هوای برفی و بارانی بیش از همه خطر لیز خوردن وجود دارد.



- ❖ برای راه رفتن با واکر در حالت کاملا ایستاده محکم واکر را بگیرید طوری که به هر دو دستتان به یک اندازه نیرو وارد شود. پای سالم را کاملا به زمین گذاشته بطوریکه نیروی وزنتان کاملا به آن پا اعمال شود. پای طرف عمل شده را کاملا به زمین نغشارید

بیمارستان بین المللی قائم (عج)



مراقبت های پس از عمل جراحی

تعویض مفصل زانو

تهیه : بخش نستر

پزشک تایید کننده : دکتر مردانی

زیر نظر : کمیته آموزشی بیمارستان بین المللی قائم (عج)

آخرین بازنگری :

آذر ۱۳۹۷



سلامت شما، تخصص ماست



Ghaem Int Hospital

رشت، بلوار شهید افتخاری

۱۳۳۳۵۶۵۰۱۱-۱۹

۱۳۳۳۵۶۵۰۱۰

www.ghaem-hospital.ir

info@ghaem-hospital.ir



و اجازه دهید با گرفتن واکر با هر دو دست، دست هایتان کار پای عمل شده را انجام دهند.

❖ وقتی به پشت می خوابید تا حداقل شش هفته باید یک بالش را بین ساق ها بگذارید تا ران ها کمی از هم فاصله داشته باشد. بعد از جراحی خوابیدن به شکم اشکالی ندارد.

❖ در حالت نشسته ایستاده یا خوابیده ، پا های خود را روی هم نیندازید و بیشتر از ۳۰ تا ۴۰ دقیقه در یک حالت ثابت ننشینید. در حالت نشسته پاها را کاملاً به هم نچسبانید و پا روی پا نیندازید.



❖ در مورد بلند شدن از تخت و بدست گرفتن واکر از طرفی بلند شوید که جراحی شده است.