

بسمه تعالی



NIME SHABAN HOSPITAL

کد سند ۰۰۴-۰۱/۰۲۸/EP/QI

بیمارستان نیمه شعبان ساری



عنوان			تعویض مفصل زانو	
تهیه کننده سمت	مریم کجوری پرستار			
منابع	برونرو سودارت			
سال تهیه	۱۴۰۵	بازنگری	۱۴۰۷	
تایید	کمیته آموزش	رئیس بخش دکتر اصدافی		

علایم هشدار

۱- افزایش درد و تورم در ساق پاها ۲- تنگی نفس و درد قفسه سینه ۳- تب و لرز ۴- قرمزی، سفتی، تورم و ترشح از محل جراحی زانو ۵- افزایش درد زانو با فعالیت و حتی در زمان استراحت



بازگشت به فعالیت های روزمره پس از جراحی زانو

آدرس بیمارستان: ساری بلوار پاسداران. بیمارستان نیمه شعبان
شماره تماس: ۳۳۳۴۰۱۱۱
شماره داخلی بخش جراحی زنان ۲۲

۷- محل زندگی شما بهتر است که پله نداشته باشد.
۸- از صندلی بلند راحت یا صندلی کوتاه که روی آن محکم است و در کنار صندلی نیز محلی برای قرار گرفتن دستها وجود دارد استفاده کنید.
۹- یک میز یا چهارپایه کوچک در هنگام نشستن، زیر پاها برای بالا نگه داشتن قرار دهید.
۱۰- از رژیم غذایی با فیبر زیاد و مایعات استفاده نمایید

۱۱- از رژیم غذایی پر پروتئین، پر کالری و سرشار از ویتامین و سبزیجات و مرکبات و آبمیوه های تازه حاوی ویتامین ث که می تواند به بهبود زخم ها کمک کند استفاده کنید.





۱- پله های منزل حتما نرده داشته باشد .

۲- در حمام یک نرده به عنوان تکیه گاه وجود داشته باشد.

۳- از توالت فرنگی بلند استفاده کنید که جایی برای قرار گرفتن دست ها داشته باشد که با فشار دادن دستها بلند شوید .

۴- کلیه فعالیتهای خود را بعد از مشورت با پزشک و طبق توصیه های پزشک و فیزیوتراپ انجام دهید.

۵- مواظب باشید زمین نخورید، هر افتادن موجب آسیب به زانوی تعویض شده میشود.

۶- باید همیشه سعی کنید تمرینات سبک بدنی را تا آخر عمر ادامه دهید، تا حرکات مفصل و قدرت عضلات حفظ شود. در صورت درد شدید، تورم و قرمزی فوراً به پزشک مراجعه کنید.

اقدامات پس از جراحی

۱- برای جلوگیری از لخته شدن خون در پاها و کاهش التهاب پا از جوراب واریس و داروهای رقیق کننده خون طبق دستور پزشک استفاده کنید.

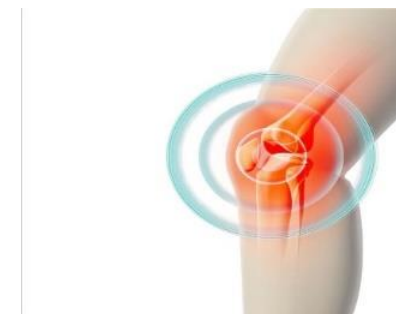
۲- با مصرف صحیح آنتی بیوتیکها طبق دستور پزشک و بررسی محل جراحی از نظر تورم، سفتی، ترشح و اطلاع سریع این موارد به پزشک، از عفونت بعد از عمل جلوگیری میشود .

۳- در زمان تعیین شده جهت ویزیت، حتماً به پزشک جهت بررسی زانوی تعویض شده مراجعه کنید.



تعویض مفصل زانو

اگر زانوی فردی بدنبال ابتلا به آرتروز ، ورم مفاصل یا هر نوع آسیب فیزیکی دیگر به شدت صدمه دیده باشد، فرد توانایی انجام فعالیتهای روزمره ساده مانند راه رفتن یا بالا رفتن از پله را نخواهد داشت و این افراد حتی در وضعیت نشسته یا خوابیده نیز درد شدیدی را در ناحیه زانو احساس میکنند. اگر تجویز دارو، کاهش سطح فعالیت فیزیکی یا استفاده از تکیه گاه در هنگام راه رفتن نتواند در درمان موقتی بیمار موثر باشد، عمل تعویض کامل مفصل زانو آخرین راهکاری است که میتواند بیمار را از رنج و ناراحتی نجات دهند.



تشخیص

گرافی از زانو
MRI زانو