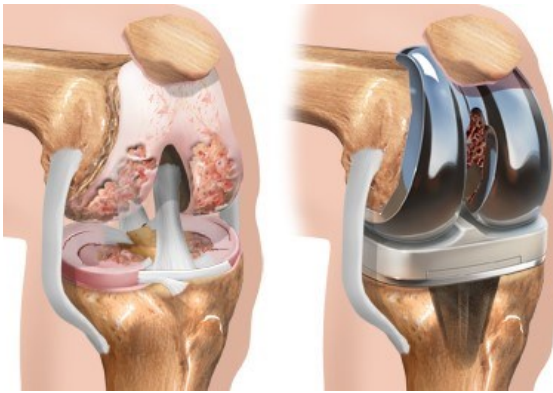


## تعویض مفصل ران و زانو



واحد آموزش سلامت بیمارستان مادر

گروه هدف: با رویکرد آموزش به بیمار

از طریق اسکن QR-Code می توانید به محتوای این پمفلت دسترسی داشته باشید



کد سند: MH\AM\PT\020

تاریخ تنظیم: ۱۳۹۸/۰۳/۰۹

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۳/۱۰/۲۴

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۱۰/۲۴

کد بازنگری: ۰۰۵

### موقعی که باید با پزشکان تماس بگیرید:

- ◇ خونریزی از ناحیه عمل
- ◇ دردی که با مصرف مسکن از بین نمی رود.
- ◇ درد یا تورم در ناحیه
- ◇ تیرگی و یا سرد شدن اندام یا انگشتان
- ◇ وجود ترشحات زرد رنگ در ناحیه عمل
- ◇ دمای بالاتر از ۳۸,۳ درجه سانتیگراد
- ◇ تورم در اطراف برش عمل جراحی
- ◇ قرمزی در اطراف زخم
- ◇ درد قفسه سینه
- ◇ گرفتگی و احتقان سینه
- ◇ مشکلات تنفسی یا تنگی نفس

با آرزوی سلامتی برای شما

منبع: medlinepluse

### ارتباط با ما:

تلفن: ۳۷۰۴۸۱۰۰۰

آدرس: مشهد، بلوار سجاد، خیابان بزرگمهر شمالی

• اطمینان حاصل کنید به تلفن خود دسترسی دارید، یک تلفن قابل حمل می تواند مفید باشد.

• یک صندلی با پشتی محکم در آشپزخانه، اتاق خواب، حمام و سایر اتاق ها می تواند قابل استفاده باشد، به این ترتیب می تواند در هنگام انجام وظایف روزانه خود بنشینید.

• اگر از یک واکر استفاده می کنید یک سبد و یا یک کیسه محکم به آن متصل کنید که بتوانید لوازم مورد نیاز مثل تلفن، دفترچه یادداشت، قلم و سایر موارد را در آن قرار دهید.

شما ممکن است نیاز به کمک برای حمام، توالیت، پخت و پز، ورزش، خرید، ویزیت و ... داشته باشید. حتما لازم است در ۱ یا ۲ هفته اول بعد از عمل نیاز به یک مراقب آموزش دیده داشته باشید که این فرد باید در فعالیت های روزانه شما کمک کند و محیط شما را از نظر ایمنی بررسی نماید.

موارد دیگر که کمک کننده است: یک اسفنج حمام با دسته بلند، یک عصا و یا واکر، یک گیره بلند برای برداشتن جوراب، شلوار و ... از روی زمین.

وجود دستگیره در حمام نیز کمک کننده به شماست. لازم است افرادی که پروتز دارند خود را در برابر عفونت محافظت کنند.

شما باید یک کارت شناسایی پزشکی مبنی بر داشتن پروتز، در کیف خود داشته باشید. ممکن است لازم باشد قبل از انجام اقدامات دندانپزشکی و روش های تهاجمی پزشکی آنتی بیوتیک مصرف کنید و حتما دندانپزشک و یا سایر جراحان در این مورد یادآوری نمایید

## تعویض مفصل زانو

عمل جراحی جایگزینی مفصل زانو در افراد مبتلا به آسیب شدید زانو صورت می پذیرد که این عمل می تواند درد شما را کاهش دهد و به شما امکان فعالیت بیشتری می دهد .  
در تعویض کامل مفصل ، جراح غضروف آسیب دیده و استخوان را بطور کامل برداشته و با پروتزی ساخته شده از فلز و پلاستیک جایگزین می شود .  
در تعویض نیمه کامل مفصل جراح فقط یک قسمت از مفصل را با پروتز جایگزین می کند .  
جراحی می تواند باعث التهاب ، ایجاد لخته و بندرت باعث عفونت شود . پس از انجام این عمل محدودیت در فعالیت های خاص مثل دویدن و ورزش های سنگین ایجاد می شود .

## مفاصل آسیب دیده که ممکن است نیاز به تعویض مفصل

### داشته باشد شامل موارد زیر می شود :

- آرتروز
- سالخوردگی
- بیماری ها
- قبل از انجام عمل جراحی ، پزشک برای کاهش درد و کمک به شما درمان های دیگر را پیشنهاد می کند ، نظیر پیاده روی به کمک عصا و یا واکر
- برنامه تمرینی
- فیزیوتراپی
- داروها

## انتظارات بعد از عمل جراحی تعویض مفصل :

پس از جراحی تعویض مفصل زانو یا ران ، احتمالاً چند روز در بیمارستان بمانید . وضعیت شما و پزشک تعیین کننده مدت بستری شما در بیمارستان است .  
پس از تعویض مفصل ران یا زانو ، اغلب شما می توانید بایستید و با واکر و عصا راه بروید و ممکن است موقتاً دردی در مفصل داشته باشید .  
از روز بعد از عمل ، فیزیوتراپی برای تقویت عضلات اطراف مفصل می تواند شروع شود که دوباره عملکرد حرکتی مفصل باز گردد .

## ترومبوز ورید عمقی

به دلیل آسیب یک ورید و یا کند شدن جریان خون در یکی از رگ های عمقی بدن ، یک لخته خون آزاد می شود و در یکی از ارگان های مهم بدن نظیر ریه جریان خون را متوقف می کند .



## آماده سازی منزل در عمل تعویض مفصل

قبل از رفتن به بیمارستان منزل خود را طوری تنظیم نمایید تا موقع بازگشت از بیمارستان و در طول مدت بهبودی ، زندگی راحتی داشته باشید .  
از مسئول خدمات بهداشتی و یا فیزیوتراپی خود بخواهید که در آماده سازی منزل راهنمایی لازم را بنماید . اطمینان حاصل کنید که به هر چیزی که نیاز دارید به آسانی در دسترس است و استفاده از پله را به یک بار در روز محدود کنید .

- یک تخت با ارتفاع کم داشته باشید که پاها به راحتی به زمین برسد .
- اگر شما بتوانید تخت خود را در طبقه اول قرار دهید ممکن نیازی به تخت بیمارستانی نداشته باشید اما باید تخت ثابت و بیحرکت شده باشد .
- یک حمام و یک چهارپایه قابل حمل در همان طبقه ای که بیشتر وقت خود را می گذرانید ، داشته باشید .
- مواد غذایی کنسرو شده و یا یخ زده ، کاغذ توالت ، شامپو و دیگر موارد شخصی را ذخیره کنید .
- اطمینان حاصل کنید که به چیزهایی که نیاز دارید بدون نیاز به کشش و یا خم کردن خود دسترسی پیدا می کنید .
- مواد غذایی و سایر لوازم مورد نیاز خود را در کمدهای بین کمر و شانه شماست قرار دهید .
- لیوان ، قوری و سایر اقلام مورد استفاده را در آشپزخانه را در دسترس قرار دهید .