

مددجوی گرامی:

با آرزوی سلامتی برای شما، مطالب این راهنما به منظور آشنایی بیشتر شما با بیماری تعویض مفصل لگن و مراقبت های آن تهیه شده است. امید است با مطالعه آن قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

تعویض کامل مفصل ران:

مفصل به شدت آسیب دیده را با مفصل مصنوعی تعویض می نمایند.

این آسیبی که به مفصل وارد شده می تواند در اثر بیماری های روماتیسمی یا در اثر تصادف باشد که سر استخوان ران شکسته و پزشک چاره ای جز تعویض مفصل ندارد. جراح با در نظر گرفتن عوامل مختلف؛ از جمله ساختار اسکلتی و فعالیت بیمار؛ مناسب ترین پروتز را انتخاب می کند. طبق شکل زیر قسمتی از استخوان که آسیب دیده خارج می گردد و جای آن پروتز گذاشته می شود.

نکات قابل توجه قبل از عمل:

توصیه به انجام تمرینات تنفسی عمیق قبل از عمل پیشگیری از عفونت با رعایت بهداشت فردی و محل عمل توصیه به عدم مصرف غذا و آب حداقل ۸ ساعت قبل عمل (ساعت ۱۲ شب)



بیماران سالمند؛ چاق یا با تغذیه نامناسب و نیز آن هایی که دچار دیابت هستند بیشتر در معرض ابتلا به عفونت قرار دارند و از آنجا که عفونت های مفصل بسیار مخرب هستند؛ تمام تلاش ها در جهت کاهش میزان بروز و جلوگیری از این عارضه می باشد.

اقدامات بعد از عمل جراحی:

بعد از عمل جراحی بیمار وارد اتاقی می شود که به آن اتاق ایزوله گفته می شود. این بدان معنی است که ملاقات بیمار محدود بوده و هر فردی که به اتاق بیمار و ترد می شود باید گان و ماسک بپوشد تا از وزود عفونت و انتقال آن به بیمار جلوگیری کند.

تا زمانی که پروتز مفصل ران در جای خود محکم و پایدار شود لازم است بیمار درباره ی وضعیت های مناسب پس از عمل اطلاعات کافی داشته باشد تا پروتز در جای اصلی خود باقی بماند.

یکی از عوارض جدی بعد از عمل:

در رفتگی پروتز مفصل ران است که باعث درد شدید در آن ناحیه می شود.

در این حالت لازم است اقدام جراحی دیگری برای جابجایی پروتز انجام گیرد یا حتی ممکن است پروتز خارج گردد. پس بنابراین برای جلوگیری از این عارضه؛ بالشتی به شکل دوزنقه بین پاهای بیمار قرار می دهند؛ این بالشت کمک می کند تا پاهای بیمار از هم دور باشند و از در رفتن پروتز جلوگیری شود.

به علت بی حرکتی بخصوص در اندام تحتانی؛ جریان خون در پا کاهش پیدا می کند و همین امر باعث میشود خون در این اندام لخته شود. اگر این لخته حرکت کند میتواند مسیر جریان خون را در قلب؛ مغز؛ ریهو... مسدود کند و همین امر منجر به سکته ی مغزی؛ سکته ی قلبی و ایست تنفسی و... می شود.

برای جلوگیری از این عارضه؛ پزشک دارویی تجویز می کند که در بافت چربی زیر پوست تزریق می شود. خود بیمار می تواند با مصرف مایعات فراوان؛ حرکت دادن دست ها و پاهای سالم به صورت نرمش آرام در تخت؛ شل و سفت کردن عضله ی پای عمل شده بدون حرکت دادن آن؛ خروج از تخت از روز اول بعد از عمل با کمک فیزیوتراپ و استفاده از داروهای ضد انعقادی تجویز شده؛ از بروز چنین عوارض خطرناکی جلوگیری می کند.

جهت تسکین درد بعد از عمل؛ توصیه میشود از روش های استراحت دوره ای و روش های انحراف و آرام سازی استفاده شود.

از کیف یخ به مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه قبل و بعد فعالیت به صورت غیر مستقیم استفاده شود.

خود مراقبتی در منزل

بار به هنگام مرخص شدن از بیمارستان این نکات را باید رعایت کند:

*بیمار باید از زخم مراقبت کند و پانسمان آن را روزانه عوض کند که بهتر است به درمانگاه نزدیک محل زندگی مراجعه کند.



دانشگاه علوم پزشکی مشهد

بیمارستان ولیعصر (عج) شهرستان بردسکن

تعویض مفصل لگن

ویژه ی بیمار و خانواده



شماره تماس: ۰۵۱ ۵۵۴۲۲۴۰۱ - داخلی ۱۰۶

تهیه: خرداد ۱۴۰۱ بازنگری: ۱۴۰۳

شماره سند: EDU/215/۱۴۰۰/S.W.C

واحد آموزش سلامت

۷. از خم شدن به جلو برای برداشتن چیزی خودداری کند.

۸. از صندلی پایه بلند استفاده کند.

۹. از توالت فرنگی استفاده کند.

۱۰. هنگام پوشیدن شلوار، جوراب ساق بلد یا کوتاه، مفصل ران را خم نکند.

۱۱. بیمار باید از مسافرت های طولانی خودداری کند.

۱۲. از بلند کردن اجسام سنگین؛ خم شدن و چرخش بیش از حد خودداری کند.

۱۳. محل زندگی پله نداشته باشد و اگر مقدور نیست

باید ارتفاع پله ها بسیار کم باشد تا مفصل خم نشود.

۱۴. بیمار میتواند پس از گذشت ۳ ماه از عمل جراحی فعالیت های روزمره خود را انجام دهد.

۱۵. بیمار می تواند در ۳ تا ۶ ماه بعد از عمل؛ فعالیت جنسی خود را در وضعیت خوابیده به پشت انجام دهد. و از تا شدن و یا نزدیک شدن مفصل ران و چرخش های ناگهانی خودداری کند.

منبع:

ارتوپدی برونر و سودارث

*بیمار باید علائم عفونت را بداند؛ قرمزی، تورم، حساسیت در لمس، ترشحات چرکی و تب، به هنگام بروز این علائم بیمار سریعاً به پزشک خود مراجعه کند.

*داروهای تجویز شده را طبق دستور و سر ساعت مقرر مصرف کند و با آب فراوان مصرف نماید.

*رژیم غذایی بیمار باید شامل؛ پروتئین (انواع گوشت ها بخصوص ماهی) انواع میوه ها سبزیجات و غذاهای فیبردار جهت جلوگیری از یبوست باشد.

*بیشترین مراقبت؛ جلوگیری از دررفتگی و افزایش طول عمر پروتز می باشد.
پس برای رسیدن به این اهداف بیمار باید به نکات زیر توجه کند:

۱. همیشه زانوهایش را با فاصله قرار دهد.

۲. طی ۴ ماه اول پا عمل شده را روی پای دیگر قرار ندهد

۳. هنگام استراحت یک بالشت بین پاهایش قرار دهد.

۴. هرگز به هنگام نشستن یک پا را روی پای دیگری نیندازد.

۵. هنگام نشستن روی صندلی به جلو خم نشود.

۶. چهار زانو ننشینید.