

## تعویض مفصل

بیمارانی که دچار درد و ناتوانی شدید در ناحیه مفصل هستند ممکن است به تعویض مفصل نیاز پیدا کنند. اکثر مفاصل مصنوعی از جنس فلز یا پلی اتیلن متراکم هستند. اینکه تعویض مفصل ران یا لگن که برای شما انجام شده است تا چه اندازه‌ای موفق خواهد بود فقط به مهارت جراح وابسته نیست، بلکه سرنوشت مفصل مصنوعی وابسته به مراقبت‌های مناسب بعد از جراحی است.

## توصیه‌های قبل از عمل

- بهداشت فردی را رعایت فرمایید.
- از تماس با افراد سرما خورده بپرهیزید.
- تمرینات تنفسی عمیق قبل از عمل را انجام دهید. (برای این کار می‌توانید از فیزیوتراپ و پرستار خود کمک بگیرید)
- بهتر است قبل از عمل نحوه صحیح استفاده از عصا، واکر یا چوب زیر بغل را یاد بگیرید (برای این کار می‌توانید از فیزیوتراپ و پرستار خود کمک بگیرید).
- از ۸-۶ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید.

## توصیه‌های بعد از عمل

### ✓ مراقبت از زخم

- زخم جراحی شما بخیه شده و روی آن پانسمان قرار گرفته است. پانسمان باید هر چند وقت یکبار تعویض شود.
- فاصله زمانی بین تعویض پانسمان را پزشک مشخص می‌کند.
- تا زمانی که پانسمان روی زخم خیس می‌شود و یا روی آن لکه می‌افتد، نیاز است که تعویض پانسمان در فواصل زمانی انجام شود.



- معمولاً زخم جراحی تا چند روز ترشحات آبکی و زلالی دارد که ممکن است پانسمان را خیس کرده و یا روی پانسمان لکه بیندازد. بعد از چند روز این ترشحات قطع می‌شود.
- معمولاً بعد از توقف ترشحات زخم، دیگر نیازی به تعویض مرتب پانسمان نیست. ولی بهتر است تا موقعی که بخیه‌ها خارج می‌شوند روی زخم با پانسمان پوشیده باشد تا زخم با لباس تحریک نشود.
- معمولاً بخیه‌ها بعد از دو هفته خارج می‌شود.

## ✓ تورم محل عمل

در چند ماه اول بعد از عمل مختصری تورم در محل عمل و اندام تحتانی مبتلا وجود دارد که طبیعی است ولی هرگونه افزایش تورم باید به پزشک اطلاع داده شود.

## ✓ تغذیه

- قدری بی‌اشتهایی تا چند هفته بعد از عمل طبیعی است.
- بهتر است از مواد غذایی حاوی آهن زیاد و میوه استفاده کنید. آب زیاد بنوشید.
- نوشیدنی‌های حاوی الکل استفاده نکنید
- از قهوه کمتر استفاده کنید.



## ✓ آنتی بیوتیک

ممکن است بعد از عمل جراحی برای شما آنتی بیوتیک تجویز شود. داروهای تجویز شده را به موقع و به صورت کامل استفاده نمایید.

تا زمانی که مفصل مصنوعی در بدن شما قرار دارد، هر وقت که کار دندانپزشکی برای شما انجام می‌شود، به دندانپزشک خود اطلاع دهید که شما دارای مفصل مصنوعی هستید تا در صورت لزوم برای شما آنتی بیوتیک تجویز شود.

## ✓ علائم احتمال عفونت در محل عمل

- تب، لرز
  - ترشح از محل زخم
  - تورم و قرمزی در اطراف محل عمل جراحی
  - درد موقع فعالیت و حتی استراحت
- در این مواقع باید فوراً به پزشک خود اطلاع دهید.

## ✓ لخته شدن خون

بعد از جراحی برای جلوگیری از لخته شدن خون در اندامهای تحتانی داروهای مخصوصی به شما داده می‌شود که ممکن است خوراکی و یا تزریقی باشد. این داروها را تا مدت زمانی که پزشکتان مشخص کرده است باید مصرف شود. باتمام اوصاف احتمال تشکیل لخته به صفر نمی‌رسد.





یا من اسرہ دواء و ذکرہ شفاء

## راهنمای بیمار خود مراقبتی در جراحی تعویض مفصل کد محتوا: ۴۶۹

<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

✚ در صورت تجویز داروهای ضدانعقاد از طرف پزشک معالج حتماً تا تمام شدن داروها آنها را به موقع مصرف نمائید.

✚ از خم کردن کمر جداً پرهیزید و برای برداشتن اجسام از خم شدن به جلو پرهیزید.

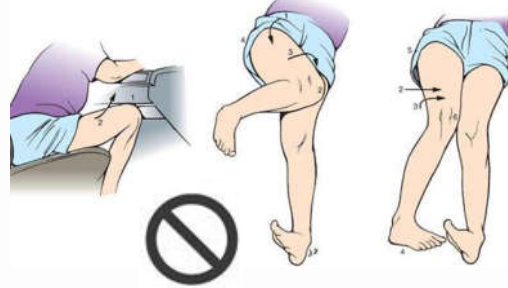
✚ کوتاهی اندام، چرخش داخلی یا خارجی، درد شدید لگن و عدم توانائی حرکت در اندام ممکن است دال بر در رفتگی پروتز باشد و در صورت بروز مشکل سریعاً به پزشک مراجعه کنید .

✚ هر بار نشستن نباید بیشتر از ۳۰ دقیقه ادامه یابد و از مسافرت های طولانی پرهیزید .

✚ برای پوشیدن کفش و جوراب زیاد به جلو خم نشوید .

✚ دراز کشیدن به سمت عمل شده ممنوع است.

✚ هرگز پاهای خود را روی هم نیندازید.



منبع: منبع: پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث ۲۰۱۸

بروزرسانی دفتر آموزش سلامت الزهرا(س) خرداد ۱۳۹۹

تهیه کننده : افسانه کرمی "کارشناس ارشد پرستاری"

مشاور علمی: دکتر ابوالقاسم زارع زاده "متخصص ارتوپدی"

طراحی و تدوین : محمود نصر اصفهانی "سوپروایزر آموزش سلامت"

## علائم هشدار

وقوع علائم زیر ممکن است به علت تشکیل لخته در عروق اندام تحتانی باشد و با دیدن آنها باید به پزشک معالج خود مراجعه کنید:

✚ درد در ساق پا

✚ قرمزی در ساق پا

✚ تورم پا یا ساق و یا ران

## مراقبت های بعد از عمل

✚ بعد از عمل در حالت خوابیده به پشت استراحت نمائید و جهت جلوگیری از در رفتگی مفصل، زانوها را باید از هم جدا نگهداشته و در هنگام خواب یک بالش بین پاهای خود قرار دهید.

✚ از پهلو به پهلو شدن تا زمانی که پزشک اجازه نداده است پرهیزید.

✚ از آلوده شدن محل زخم خودداری نمائید.

✚ سعی کنید از توالت فرنگی استفاده کنید.

✚ بعد از عمل تعویض مفصل، بلند کردن مستقیم یا از روی تختها جایز نیست.

✚ اجازه پزشک برای خروج از بستر لازم است و سبب جلوگیری از ایجاد عوارض می شود.

✚ استفاده از وسایل کمک حرکتی مثل عصا و واکر و... در شروع حرکت کمک کننده است هنگام راه رفتن با عصا، حداکثر وزن خود را به دستها وارد کنید.

✚ توجه داشته باشید که شروع حرکات بایستی با دستور پزشک باشد.