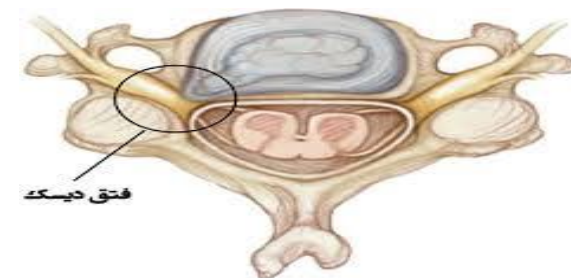


فتق دیسک مهره ای

در بین هر دو مهره گردن از دومین تا هفتمین ، دیسک بین مهره ای قرار دارد اختلال در اثر تغییرات تخریبی (دژنراتیو) یا ندرتاً در اثر ضربه های بسیار شدید امکان پارگی (فتق) ایجاد می شود. شایعترین عمل فتق دیسک بین مهره ای ۶ و ۵ می باشد.



علائم و نشانه های دیسک گردن

اولین علائم درد گردن و درد تیر کشنده به اندام فوقانی می باشد که ممکن است با ضعف یا گرفتگی و گزگز در منطقه ای از اندام فوقانی همراه باشد.

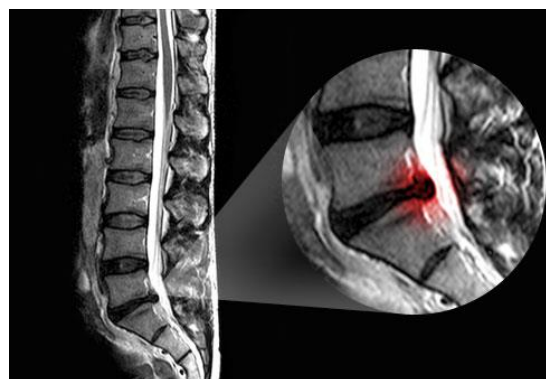


درمان

۱. توصیه به رعایت بی حرکتی گردن با بستن گردنبند طبی برای ۳ هفته.
۲. رعایت استانداردهای بهداشتی گردن در زندگی روزانه.
۳. مصرف داروهای مسکن و ضدالتهاب
۴. در صورتی که درد و علائم به درمانهای فوق جواب ندهد ممکن است بیمار کاندید عمل جراحی شود.

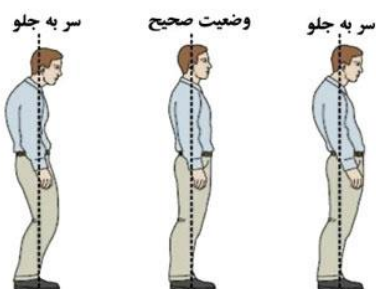
تشخیص

- ۱- ام ار ای
- ۲- سی تی اسکن
- ۳- میلوگرافی: تصویر برداری از سیستم اعصاب مرکزی در کانال مهر ها که با تزریق ماده حاجب در فضای اطراف نخاع با سوزن مخصوص در کمر یا گردن صورت میگیرد.

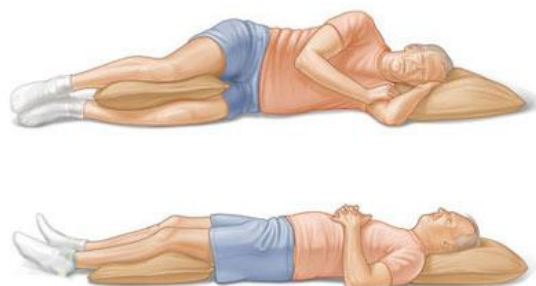


پیشگیری از بیماری فتق دیسک گردنی

۱. رعایت استانداردهای بهداشتی گردن (افراشته بودن سر و گردن در حالت های ایستاده و نشسته، انجام کارهای ظریف در حالت نشسته روی صندلی، میز تا سطح سینه بالا باشد).
۲. خود داری از خم کردن شدید گردن.



۳. در هنگام خوابیدن رو به بالا (طاق باز) از بالش نرم و کوتاه که زیر گردن را پر کند استفاده شود، در هنگام خوابیدن به پهلو بالش عرض شانه را پر کند، سر، گردن و تنه در هر حالت در یک امتداد باشد.





یامن اسمہ دواء و ذکرہ شفاء



راهنمای بیمار

مراقبت در فتق دیسک گردنی

کد محتوا: ۴۸۷

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

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

☀ استفاده از مواد غنی از کلسیم مانند شیر و لبنیات تازه به علاوه سبزیجات و مواد پروتئینی از جمله گوشت ماهی بهبود زخم را تسریع میکند.

علائم هشدار برای مراجعه به پزشک

معالج

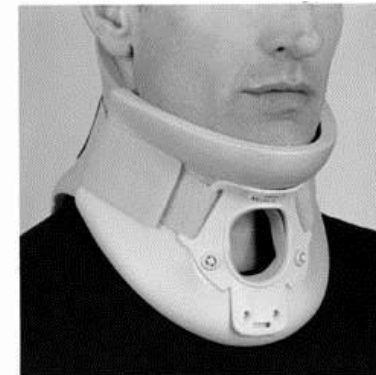
- ✓ وجود قرمزی پوست محل جراحی و اطراف آن و یا خروج ترشحات چرکی و بودار از محل عمل
- ✓ وجود تب بالای ۳۸ درجه
- ✓ وجود درد به مدت ۱۰ روز پس از عمل
- ✓ وجود علائمی شبیه گز گز انگشتان دست و کتف و یا احساس درد

تهیه کننده: شیما کرم سیجانی "کارشناس پرستاری"
مشاور علمی: آقای دکتر پورخلیل "متخصص جراحی اعصاب"
منبع: نلسون ۲۰۱۶ دانشنامه تخصصی جراحی ۱۳۹۸ درسنامه داخلی جراحی برونر سوارت ۲۰۱۸
طراحی و تدوین: محمود نصر اصفهانی "سوپروایزر آموزش سلامت"
بروز رسانی دفتر آموزش سلامت الزهرا(س) شهر یور ۱۳۹۹



آموزش بعد از عمل جراحی

☀ استفاده از گردنبند طبی برای محدود کردن حرکت گردن می باشد بعد از عمل جراحی اتل گردنی به صورت شبانه روزی تا ۶ هفته باید حفظ شود



- ☀ راه رفتن و نشستن بیمار با حمایت بعد از به هوش آمدن کامل بیمار لازم است .
- ☀ بیمار با حمایت بعد از ۷۲ ساعت از عمل جراحی میتواند دوش بگیرد .
- ☀ هنگام خوابیدن و نشستن و راه رفتن رعایت استانداردهای فوق لازم است (۳ مورد پیشگیری بالا)
- ☀ محل عمل تا حد امکان خشک نگه داشته شود
- ☀ برای باز توانی راه رفتن در آب و پیاده روی در مسیر صاف بعد از عمل به صورتی که در ابتدا در حد تحمل فرد بوده و به تدریج افزایش یابد توصیه میشود.(شروع از ۵ دقیقه و افزایش تدریجی)

