

تعویض مفصل

زانو یک مفصل لولایی است که شامل استخوان - غضروف - رباط و تاندون می باشد .

در مفصل زانو انتهای استخوان های ران و ساق پا هم اتصال دارند. این محل اتصال توسط سطح صیقلی که غضروف مفصلی نامیده می شود پوشیده شده است . استخوان کشک نیز در مقابل این محل اتصال قرار می گیرد. و روی قسمت جلویی استخوان ران به هنگام خم و راست کردن زانو نیز توسط همین ماده صیقلی پوشیده شده است.

ماهچه های اطراف زانو ، عامل محرکه آن می باشند زمانی که زانو سالم و طبیعی باشد به راحتی و بدون درد، خم و راست می شود .

زانوی آسیب دیده در صورت از بین رفتن و یا فرسوده شدن سطح صیقلی غضروف مفصلی آرتروز به وجود می آید که باعث می شود انجام حرکاتی مانند بالا رفتن از پله و بلند شدن از صندلی برای افراد دردناک و محدود شود این حالت در اثر آرتروز تخریبی ، ضربه و بیماری روماتیسم به وجود می آید که کهولت سن و یا وزن بالا در ایجاد آن موثر است

انتخاب درمان

اصلاح فعالیت های روزانه در کاهش اثرات آرتروز بسیار مهم است .

1- بهتر است از پله استفاده نشود و از دویدن و فعالیت های ورزشی داخل سالن خود داری شود.

2- قرار دادن کیسه آب گرم یا یخ

3- مصرف داروهای خوراکی ضد درد شامل ترکیبات آسپرین - استامینوفن و ایبوپروفن

4- استفاده از داورهای غیر کورتونی و یا مواد تغذیه کننده غضروف مانند گلوکوزامین و سولفات کندروایتین ها

5- تزریق کورتون در زانوی آسیب دیده

6- تزریق پروتئین طبیعی در مفصل زانو

7- تمیز کردن زانو آسیب دیده با اندوسکوپی زانو

این روش ها برای این است که بیمار بتواند با زانوی آسیب دیده مدارا کند اگر هیچ یک از روش ها موثر واقع نشدند مرحله بعدی عمل تعویض مفصل زانو است .

تعویض مفصل زانو

عبارت است از برداشتن استخوان و غضروف آسیب دیده از انتهای استخوان ران و انتهای فوقانی استخوان ساق پا و تعویض آن با مفصل مصنوعی از جنس آلیاژ فلز و قطعات پلیمری .

در چه افرادی عمل تعویض مفصل زانو انجام می شود ؟

1- اگر درد ناتوان کننده در طی راه رفتن ، بالا رفتن از

پله ، نشستن و برخاستن از روی صندلی داشته باشید

2- زمانی که درمان های محافظه کارانه مانند فیزیوتراپی ،

کاهش وزن ، استفاده از عصا ، داروهای مسکن و

تزریق مفصلی موثر نبوده است.

3- انحنای به داخل یا خارج (پای پرانتری) در زانوها

4- سن 55 سال یا بالاتر

آمادگی قبل از عمل جراحی

1- بررسی وضعیت اندامها برای کاهش احتمال عفونت

2- در صورت مصرف داروهای رقیق کننده خون مانند وارفارین به پزشک اطلاع دهید .

3- سیگار نکشید .

4- وزن کم کنید.

5- انجام آزمایشات کامل خون و ادرار و نوار قلب و رادیولوژی از قفسه سینه

6- برای سهولت استفاده از عصا یا واکر بهتر است قدرت بازوها و بالا تنه خود را تقویت نمایید و با ورزش ویژه از چند هفته قبل از عمل، قدرت پاهای خود را افزایش دهید.

مراقبت های بعد از عمل جراحی

1- بعد از عمل جراحی تماس با دیگران جهت

جلوگیری از انتقال عفونت و یا سرما خوردگی باید

محدود شود.

2- دریافت آنتی بیوتیک و مایعات تا زمان ترخیص.

3- احتمال ایجاد بیبوست و به دلیل بی حرکتی وجود

دارد که با دارو و مصرف غذا های فیبردار برطرف

می شود.



دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز



تعویض مفصل زانو

گروه هدف: بیماران

بازنگری: فروردین 1402

تهیه: بخ لطیف زاده، پرستار ارشد، واحد آموزش بیمار

منبع: آموزش بیماران تالیف فاطمه غفاری

14- شما می توانید پس از گذشت 3 ماه از عمل

جراحی فعالیتهای روزمره خود را انجام دهید.

15- پس از 3 تا 6 ماه از عمل با اجازه پزشک می

توانید از پله ها بالا بروید.

16- احساس گرمی محل عمل به دلیل جذب بخیه

های زیر می باشد که با کمپرس یخ به کلی کنترل

می شود.

مواردی که لازم است با پزشک خود در میان بگذارید .

1- گرمی ، قرمزی و ورم و ترشح از محل بخیه

2- مشکلات تنفسی و درد شدید قفسه سینه

3- افزایش درد زانوی عمل شده

4- حالت سرگیجه و گیجی

5- تب بیش از 38 درجه سانتی گراد

WWW.Golestan.ajums.ac.ir

4- پای عمل شده روی پای دیگر قرار داده نشود (طی

4 ماه اول پس از عمل)

5- مفصل ران نباید بیش از 90 درجه خم شود. (طی

4 ماه اول پس از عمل)

6- پای عمل شده نباید به طرف داخل خم شود.

7- در هر حالت زانوها با فاصله از هم قرار گیرند.

8- موقع استراحت یک بالش بین پاها قرار داده

شود. از صندلی توالت فرنگی استفاده شود.

9- از مسافرت های طولانی مدت اجتناب شود، مگر

اینکه در طی سفر بتواند به طور مرتب تغییر

وضعیت دهد.

10- به محض اتمام جراحی، روند بهبودی آغاز می

شود . اکثر بیماران عصر روز عمل یا روز بعد

توصیه به ایستادن و یا راه رفتن با مفصل جدید

می شوند.

11- تسکین درد با مسکن های تجویز شده توسط

پزشک

12- بعد از عمل جراحی به محض اینکه شما بتوانید با

کمک واکر تعادل خود را حفظ کنید می توانید

استحمام کنید . محل زخم و بخیه نباید خیس

شود.

13- از انجام فعالیتهایی نظیر حمام در وان، زور زدن

شدید، برداشتن اجسام سنگین، دولا کردن و

چرخش بیش از حد بدن خودداری شود.