



دارای گواهینامه درجه یک عالی اعتبار بخشی ملی و

استاندارد ایزو ۹۰۰۱ در مدیریت کیفیت

آموزش به بیمار مراقبت‌های بعد از جراحی آرتروسکوپی



تنظیم و هماهنگی: واحد بهبود کیفیت، آموزش و پژوهش

بیمارستان امام حسین (ع)

مشهد مقدس، خیابان شهید مفتاح، خیابان وحید، وحید ۳

تلفن: ۳۲۷۸۷۰۰۱

مراجعه کننده‌ی گرامی در صورت بروز هر گونه سوال و ابهام در رابطه با آموزش‌ها می‌توانید با شماره تلفن ۳۲۷۸۷۶۶۵ "کلینیک پرستاری آموزش سلامت" تماس بگیرید. کارشناسان ما در این کلینیک روزهای اداری از ساعت ۷:۰۰ تا ۱۳:۰۰ پاسخگوی شما می‌باشند.

شماره بازنگری: ۳

شماره سند: ۷۵۳۰ ف

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۴/۰۸/۱۵ تاریخ آخرین ابلاغ: ۱۴۰۴/۰۸/۱۸

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۰۸

علائم هشدار دهنده

در صورت بروز هر کدام از علائم زیر سریعاً به پزشک و یا بیمارستان مراجعه نمایید:

- تب، لرز و یا تعریق
- قرمزی و تورم در محل جراحی
- درد بیشتر از حد انتظار
- درد ساق پا و تورم در قسمت پایینی پا
- هر گونه ترشح از محل جراحی
- خونریزی در محل جراحی و داشتن پانسمان خونی
- عدم تحمل وزن بدن روی پاها
- بی‌حسی و گزگز شدن اندام‌ها

مراجعه کننده‌ی گرامی در صورت نیاز می‌توانید مطالب آموزشی بیشتر در رابطه با این بیماری را از طریق اسکن کد QR زیر مشاهده نمایید.



منابع:

- medlineplus.gov/ ۲۰۲۳

آرتروسکوپی زانو (بدون ترمیم ACL و مینیسک)



معمولاً طبق نظر پزشک معالج دو هفته عدم وزن‌گذاری باید رعایت شود و به هیچ عنوان وزن‌گذاری انجام نشود اما اجازه خم و راست شدن زانو را دارد. ممکن است زانو بند، مورد نیازتان باشد. در مورد زمان شروع فعالیت عادی از پزشک خود سوال بپرسید. سعی کنید پاهای خود را بعد از عمل روی یک یا دو بالش نگه دارید. بالش‌ها را زیر پا و یا ماهیچه ساق پا قرار دهید، این کار در کاهش ورم محل جراحی و پا موثر است.

در جراحی آرتروسکوپی شانه و در صورت دستور پزشک، بانداز محل جراحی برای ثابت نگه داشتن و عدم تحرک شانه می‌تواند بسیار کمک‌کننده باشد.

توانبخشی و فیزیوتراپی نیز در صورت درخواست پزشک می‌تواند بسیار کمک‌کننده باشد. تمرینات و حرکاتی که به شما آموزش داده شده را طبق دستور تکرار کنید. تحرک و فعالیت سبب برگشت حرکت و قدرت بخشیدن به اندام جراحی شده، می‌شود.

درد معمولاً بعد از جراحی آرتروسکوپی طبیعی است که در صورت دستور پزشک می‌توان با گذاشتن یخ روی محل جراحی و یا مصرف مسکن آن را کاهش داد.

تعویض پانسمان طبق دستور پزشک و توسط افراد آموزش دیده انجام شود.

مددجوی گرامی، پمفلت زیر حاوی نکات آموزشی عمومی در رابطه با شرایط و جراحی فعلی شما می‌باشد. لطفاً مطالب را مطالعه نموده و در صورت داشتن ابهام، سوالات خود را از پزشک و پرستار بپرسید.

آرتروسکوپ چیست؟

آرتروسکوپ یک وسیله جراحی است که متخصص ارتوپدی از آن برای دیدن داخل مفصل استفاده می‌کند، در واقع در آرتروسکوپی، داخل مفصل به پزشک نشان داده شده و تصویر دقیقی از داخل مفصل دیده می‌شود که این تصویر در تشخیص بسیاری از بیماری‌های داخل مفصل کمک می‌کند. آرتروسکوپی می‌تواند یک روش تشخیصی و یا حتی یک درمان جراحی باشد. آرتروسکوپی به طور وسیع در جراحی ترمیم رباط‌های زانو، مینسک زانو، بیماری‌های مفصلی شانه، آرنج، مفصل ران، مچ دست و مچ پا کاربرد دارد.

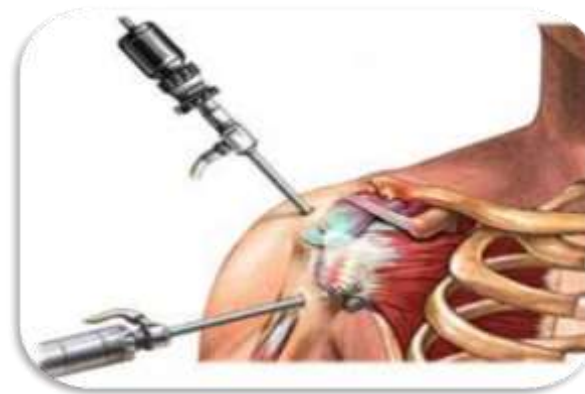
روند تشخیص بیماری‌های مفصلی معمولاً مراحل خاصی دارد. پزشک ابتدا سعی می‌کند با صحبت با بیمار اطلاعات لازم در مورد مشکلات وی را از او بگیرد. سپس وی را معاینه می‌کند و بعد از آن از طریق انجام آزمایشات و تصویربرداری‌هایی مانند رادیوگرافی ساده، سی تی اسکن یا MRI سعی می‌کند تشخیص دقیق‌تری برای بیمار بگذارد.

گاهی اوقات بعد از انجام اقدامات ذکر شده تشخیص دقیق بیماری امکان‌پذیر نیست. در این موارد معمولاً می‌توان از طریق آرتروسکوپ و دیدن داخل مفصل تشخیص دقیق‌تری از بیماری داشت.

با استفاده از آرتروسکوپ می‌توان پارگی لیگامان (لیگامان‌ها رشته‌هایی پروتئینی و محکم و قابل انعطاف هستند که یک استخوان را به استخوان دیگر متصل می‌کنند) یا رباط‌ها را در شانه و زانو درمان کرد، همچنین می‌توان غضروف آسیب‌دیده در شانه یا زانو و یا مینسک آسیب دیده در زانو را ترمیم و یا خارج کرد.

آمادگی قبل از جراحی

- قبل از عمل طبق دستور پزشک از نیمه شب ناشتا باشید.
- سابقه هر بیماری، مصرف هرگونه دارو و هرگونه عمل جراحی را به پزشک و پرستار اطلاع دهید.
- سابقه هرگونه حساسیت قبلی را به پزشک و پرستار اطلاع دهید.
- طبق دستور پزشک ممکن است برای شما نیاز به انجام آزمایش خون، نوار قلب، عکسبرداری از قفسه سینه، سونوگرافی و یا مشاوره با پزشکان مختلف باشد، لطفاً همکاری لازم با پزشک و پرستاران داشته باشید.
- در صورت باردار بودن یا شک به بارداری حتماً به پزشک و پرستاران اطلاع دهید.
- از مصرف قرص‌های ضدانعقاد، آسپرین و هرگونه داروی گیاهی، حتی مواد غذایی مانند سیر، پزشک و پرستار را مطلع نمایید.
- تمامی آزمایشات، عکس‌ها و گرافی‌هایتان را همراه خود بیاورید.



بعد از جراحی

احتمالاً شما در روز جراحی یا روز بعد از آن ترخیص خواهید شد.

ممکن است در محل جراحی برای شما درن گذاشته شده باشد.

در صورت داشتن درن نکات زیر را رعایت نمایید:

- در صورت خیس شدن پانسمان محل درن به پرستار اطلاع دهید.
- از خم شدن و پیچ خوردن و بسته شدن درن جلوگیری کنید.
- از پرشدن کیسه جلوگیری کنید و در صورت ترخیص با درن، در منزل میزان ترشحات آن را به طور منظم کنترل و به پزشک اطلاع دهید، تا پزشک با توجه به میزان ترشحات زمان کشیدن درن را مشخص کند.
- پانسمان و بانداژ را طبق دستور پزشک و در شرایط بهداشتی و توسط پرستار آموزش دیده تعویض فرمایید.

دارو:

داروهایتان را به موقع و طبق دستور مصرف کنید. معمولاً آنتی‌بیوتیک برای جلوگیری از عفونت و مسکن جهت کاهش درد توسط پزشک برای شما تجویز خواهد شد. حتی ممکن است داروهایی جهت پیشگیری از تشکیل لخته خون در رگ‌های پا به شما داده شود. داروهای مصرفی را خودسرانه کم، زیاد و یا قطع نکنید.

فعالیت:

در منزل شما نیاز به استراحت طبق دستور پزشک خواهید داشت. در صورت دستور پزشک، بالا نگهداشتن عضو جراحی شده از درد و تورم محل جراحی می‌کاهد. در صورت درخواست پزشک فیزیوتراپی می‌تواند در بهبود قدرت عضلات و افزایش عملکرد مفصل به شما کمک کند.

در صورت آرتروسکوپی اندام تحتانی، زمان و نحوه‌ی شروع فعالیت را از پزشک و پرستار بیاموزید و طبق دستور راه رفتن و حرکت اندام‌ها را آغاز کنید. به منظور پیشگیری از لخته شدن خون طبق دستور پزشک، اندام‌ها را مرتباً در تخت حرکت داده و یا راه بروید.