



مرکز آموزشی درمانی شفا

عنوان سند:

پمفلت تعویض مفصل لگن

کدسند: ۳۱۰-NO-BK



تهیه کننده:

زهرا شریف پور

تنظیم کننده: فرحناز نریمیا

سوپروایزر آموزش سلامت

۱۴- رژیم غذایی: پر پروتئین و مایعات فراوان و مواد غذایی حاوی ویتامین C و کلسیم توصیه می‌شود.

۱۵- هنگام خوابیدن تا ۶ هفته اول روی شکم نخوابید.

۱۶- هنگام خوابیدن بالش را بین اندام قرار دهید.

۱۷- هنگام غلتیدن روی اندام سالم حتما بین زانوها بالش قرار دهید.

۱۸- بعد از گذشت ۳ ماه فعالیت‌های روزمره را از سر بگیرید (با نظر پزشک)

۱۹- حداقل ۳-۶ ماه طول می‌کشد تا بیمار با اجازه پزشک از پله‌ها بالا برود.



۷- تقویت عضلات چهار سر ران

۸- تا ۶ هفته اول بعد از عمل از چوب زیر بغل یا واکر استفاده نمایید.

۹- از جوراب‌های واریس و محافظ جهت هر دو پا استفاده نمایید و این کار را تا زمان از بین رفتن تورم پاها و شروع فعالیت مجدد ادامه دهید.

۱۰- اضافه وزن بیمار تعویض مفصل باید اصلاح شود.

۱۱- پس از عمل جراحی تا ۲ ماه رانندگی نکنید.

۱۲- برای کم کردن خطر در رفتگی پروتز و جلوگیری از سفتی و انقباض مفصل ران باید برای نشستن شما بیش از نیم ساعت طول نکشد.

۱۳- داروهای پس از ترخیص (داروهای ضد لخته و آنتی بیوتیک) را حتما حین ترخیص تهیه و طبق دستور به موقع مصرف نمایید.

منابع: کتاب داخلی و جراحی

پرستاری، برونروسودارت ۲۰۱۸

تعویض مفصل لگن:

تعویض مفصل لگن یکی از موفقیت آمیزترین اعمال جراحی در انسان است. بیمارانی که دچار درد و ناتوانی شدید در ناحیه مفصل هستند ممکن است به تعویض مفصل نیاز پیدا کنند. بعضی از بیماری‌ها نظیر:

- رماتیسم مفصل ران در ناحیه لگن
- ناهنجاری‌های مادرزادی
- صدمات ناشی از تصادفات یا سقوط باعث تخریب مفصل می‌شود.
- سیاه سر استخوان ران یا نکرروز آواسکولر
- ساییدگی مفصل ران
- بدجوش خوردن شکستگی لگن و استابولوم

مهم‌ترین عوارض احتمالی بعد از تعویض مفصل ران:

- در رفتگی مفصل مصنوعی: این عارضه در چند هفته بعد از اعمال جراحی یا حتی سال‌ها پس از انجام آن بوجود آید.

- عفونت محل عمل: عفونت محل جراحی در

بسیاری از اقدامات نیاز به انجام عمل جراحی مجدد جهت درمان آن دارد.

- تغییر طول اندام: معمولاً بصورت بلندتر شدن

اندامی که جراحی می‌شود به ندرت پیش می‌آید

- لخته شدن خون و ایجاد آمبولی: از عوارض

جدی است که باید از بروز آن پیشگیری شود.

- عوارض عروقی و عصبی: می‌تواند برای بیمار

مشکلاتی را ایجاد نماید. مشکلات عروقی نادر و مشکلات عصبی در غالب اوقات قابل برگشت است.

- درد مفصل مصنوعی: می‌تواند به علت

عفونت- لق شدن مفصل مصنوعی و یا انتشار درد از ستون فقرات ایجاد شود.

مراقبت‌های بعد از تعویض مفصل ران:

۱- مراقبت از زخم در دو هفته اول بسیار مهم است. زیرا در صورت بروز عفونت مجبور به خارج کردن وسیله و تعویض مجدد مفصل نیاز است.

۲- پاهای خود را به هم نزدیک نکنید و زانوهای خود را باز نگه دارید.

۳- در هنگام پوشیدن جوراب و کفش مفصل ران خود را خم نکنید و از وسایل کمکی مثل پاشنه کفش بلند استفاده کنید و یا از فرد دیگری کمک بگیرید.

۴- بطور مداوم بیش از نیم ساعت ننشینید، بطور متناوب بایستید، بدن خود را بکشید و چند قدم راه بروید.

۵- از توالی فرنگی استفاده نمایید. در توالی یک نرده دیواری نصب نمایید تا هنگام برخاستن از آن کمک بگیرید.

۶- در هنگام دراز کشیدن بین زانوهای خود یک بالش قرار دهید تا از نزدیک شدن پاها به خط میانی جلوگیری کنید.