

۲. خارج شدن از تخت در عصر یا روز بعد از عمل با کمک

۳. استراحت در تخت ۲۴ تا ۴۸ ساعت در تخت و بالا قرار دادن ساق پای عمل شده توسط یک بالش پس از جراحی تعویض مفصل زانو.

۴. زخم ترشح متوسطی خواهد داشت که به تدریج مقدار آن کاهش می یابد.

۵. شروع رژیم غذایی معمولی ظرف ۲ تا ۳ روز بر حسب تحمل بیمار

۶. پس از تعویض مفصل زانو ممکن است برای ثابت کردن مفصل از بریس، اسلینگ و یا گچ استفاده شود.

۷. ورزش های پس از جراحی

۸. میزان خم کردن اندام به داخل و باز کردن به خارج توسط جراح تعیین شده و توسط فیزیوتراپ کنترل می گردد. معمولاً در ابتدا باز کردن اندام به خارج ۱۰ درجه و خم کردن به داخل ۵۰ درجه انجام می شود و سپس افزایش می یابد.

۹. بعد از تعویض مفصل زانو، ۳ تا ۵ روز بعد بیمار مجاز به راه رفتن بدون تحمل وزن بر روی مفصل تعویض شده می باشد و ۱۰ تا ۱۴ روز پس از تعویض مفصل زانو مجاز به راه رفتن همراه با تحمل وزن بر روی مفصل می باشد.

### \*عوارض\*

عفونت، پنومونی، جابجا شدن پروتز، ضعف عصب، نابرابری طول اندام، خونریزی-تشکیل

تعویض کامل مفصل زانو، جایگزینی مفصل زانو با یک پروتز برای ایجاد پایداری و حرکت در این مفصل است. غضروف روی برآمدگی استخوان ران و سطوح روی برآمدگی استخوان ساق با پروتز جایگزین می شود. تعویض مفصل زانو در بیماران مبتلا به آرتрит (التهاب مزمن مفصل زانو) شدید معمولاً انجام می شود.



### \*مراقبت های قبل از عمل\*

- بررسی های قبل از عمل به منظور نشان دادن وجود عفونت، کم خونی و وضعیت الکترولیتی شامل: عکس برداری رادیولوژیکی، نوار قلب، آزمایش ادرار و خون
- ناشتا بودن از نیمه شب قبل از پروسیجر
- دوش گرفتن بیمار قبل از عمل و
- تراشیدن موهای ناحیه عمل
- دریافت آنتی بیوتیک های پروفیلاکسی وریدی قبل از عمل

### \*مراقبت های پس از عمل\*

۱. بستری ۴ تا ۵ روز در بیمارستان

هماتوم ، سندرم کمپارتمان (پس از تعویض مفصل ۴- رژیم غذایی: رژیم متعادل زانو) /، شکستگی استخوان هنگام عمل جراحی ، غذایی، پروتئین و همراه با مکمل آهن جهت ترمیم بافت و تقویت قدرت عضلات

### \*مراقبت در منزل

#### ۵- نکات مهم:

- ۱- **علایم هشدار دهنده:** افزایش درد در ساق پا، قرمزی بالا یا زیر زانو، کوتاهی تنفس (به صورت ناگهانی)، کوتاهی تنفس (به صورت ناگهانی)، کاهش توانایی برای حرکت دادن زانو، درد موضعی قفسه صدری همراه سرفه کردن، شروع ناگهانی درد قفسه صدری، افزایش تورم ساق پا و مچ پا، علایم و نشانه های عفونت (تب بیش از ۳۸ درجه، لرز، ترشحات زخم از زانو، افزایش درد زانو با حرکت و استراحت)
  - ۲- **مراقبت از زخم:** بخیه ها ۲- ۳ هفته بعد از جراحی برداشته می شوند. قبل از برداشتن بخیه ها از خیساندن زخم در آب خودداری کنید.
  - ۳- **فعالیت:** پس از جراحی تعویض مفصل ۳ تا ۶ ماه طول می کشد تا حرکت کامل آن مفصل از سر گرفته شود که بستگی به سن و وضعیت سلامتی عمومی بیمار دارد. (شروع فعالیت با هماهنگی یک فیزیوتراپ)
- درمراقبت از افراد مسن، توجه به امن کردن محیط خانه ضروری است. (میله ها و دستگیره ها در حمام، نرده ها در کنار راهرو، صندلی محکم با تشک سفت، پشتی محکم، جایگاهی جهت قرار دادن پاها و دو جایگاه جهت قرار دادن دستان ، صندلی توالت بلند ، صندلی جهت دوش گرفتن ، جمع کردن قالیچه های لغزان)
- عدم استفاده از پله و وجود یکی از اعضای خانواده در دسترس بیمار جهت مراقبت بعد از جراحی ضروری است.
- حین مراجعه به دندانپزشکی، حتما پزشک را از وجود مفصل مصنوعی در بدن خود آگاه کنید تا قبل از هر اقدامی برای شما آنتی بیوتیک جهت جلوگیری از عفونت مفصل شروع کند.
- از گرم کردن زانوی خود در ۱۰ روز اول بعد از جراحی خودداری کنید.

تایید کننده: دکتر علی بزم (مدیر گروه جراحی)

دکتر امیرحسین ذاکری (جراح ارتوپد)

تهیه کننده: الهام رضائی پور (سوپروایزر آموزش سلامت)

**منبع:** هندبوک آموزش به بیمار، ماری ام. کانایو، ترجمه خدیجه نصیریانی و همکاران، نشر جامعه نگر، ۱۳۹۶، صفحه ۶۰۴ تا ۶۰۹