

تعویض مفصل زانو

اطلاعات قبل، حین و بعد از عمل برای بیماران

لیف و گداوری:

دکتر محمّد کریمی مبارکه

دانشیار دانشگاه علوم پزشکی کرمان، فلوشیپ زانو

دکتر علیرضا حسن نرود

متخصص طب ورزشی

استادیار دانشگاه علوم پزشکی کرمان

نولینشان بکس

شابک	978-600-8298-19-9 :
شماره	۵۱۸۲۹۰۸ :
کتابشناسی ملی	تعویض مفصل زانو: اطلاعات قبل، حین و بعد از عمل برای بیماران/ تألیف و
عنوان و نام پدیدآور	گردآوری محمود کریمی مبارکه، علیرضا حسن نژاد.
مشخصات نشر	تهران : نواندیشان آریا کهن ، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	۱۰۳ص. : مصور.
یادداشت	کتابنامه.
موضوع	زانوها -- جایگزینی
موضوع	Total knee replacement
موضوع	زانوها -- جراحی
موضوع	Knee -- Surgery
موضوع	ترمیم مفصل
موضوع	Arthroplasty
رده بندی دیویی	۶۱۷ / ۵۸۲۰۵۹۳
رده بندی کتره	RD۵۶۱/۴۷ ۱۳۹۷
سرشناسی	کریمی مبارکه، محمود
شناسه افزوده	حسن نژاد، علیرضا، ۱۳۶۵ -
وضعیت فهرست نویسی	فهرست شده

عنوان کتاب: تعویض مفصل زانو: اطلاعات قبل حین و بعد از عمل برای بیماران

تألیف و گردآوری: دکتر محمود کریمی مبارکه، دکتر علیرضا حسن نژاد

ناشر: نواندیشان آریاکهن

نوبت و سال چاپ: اول ۱۳۹۷

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸۶۰۰۸۲۹۸۱۹۹

قیمت: ۱۴۰،۰۰۰ ریال

نواندیشان آریا کهن

مرکز پخش: تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان نظری، پلاک ۱۳۰

طبقه ۴ واحد ۸ تلفن تماس: ۰۲۱۶۶۴۸۵۴۳۸

www.ketabpezeshki.com

پیش‌گفتار

با توجه به افزایش سن جوامع و همچنین بالا رفتن امید به زندگی و توجه به کیفیت زندگی، جراحی تعویض مفصل امروزه یکی از مهمترین و موثرترین جراحی‌ها در زمینه ارتوپدی می‌باشد.

تعویض مفصل زانو یک جراحی است که نیاز به مشارکت و تلاش بیمار برای بهبود خود دارد. شما نقش اساسی برای داشتن یک جراحی و دوران بهبود موفق دارید.

بررسی‌ها نشان داده است افرادی که قبل از جراحی تعویض مفصل به خوبی آمادگی‌های لازم را کسب کرده‌اند و در مراقبت خود مشارکت فعال دارند، دوران بهبود سریعتر و بهتری بعد از جراحی داشته‌اند. آمادگی برای جراحی شامل مشارکت در انجام توصیه‌های ذکر شده و همچنین آمادگی محیط و اطرافین شما به بهترین شکل ممکن است. دوران انتظار قبل از جراحی بهترین زمان برای حفظ و بهبود آمادگی جسمانی شماست. هدف این کتاب توضیح مواردی است که شما می‌توانید با انجام آنها قبل، حین و بعد از جراحی، نتایج و موفقیت جراحی تعویض مفصل را بهبود بخشید.

دکتر علیرضا حسن‌نژاد

www.drhasannejad.ir

فهرست

۱۱.....	جراحی تعویض مفصل زانو.....
۱۲.....	ساختار زانو.....
۱۳.....	مشکلات زانو.....
۱۴.....	انواع جراحی تعویض مفصل زانو.....
۱۴.....	تعویض کامل مفصل زانو.....
۱۸.....	تعویض قسمتی از مفصل زانو.....
۱۹.....	جنس مفصل مصنوعی.....
۱۹.....	پایدار کردن مفصل.....
۲۰.....	موارد احتیاط بعد از تعویض مفصل زانو.....
۲۳.....	قبل از جراحی تعویض مفصل زانو.....
۲۴.....	چند روز قبل از مراجعه برای بررسی.....
۲۵.....	دیابت.....
۲۵.....	کنترل وزن.....
۲۶.....	آماده کردن خانه.....
۲۸.....	دستشویی و حمام.....
۳۰.....	تجهیزات.....
۳۱.....	ورزش.....
۴۲.....	تغذیه.....
۴۳.....	دندانپزشکی.....
۴۳.....	یک روز قبل از عمل: چک لیست نهایی.....
۴۵.....	حین عمل و دوران بستری.....
۴۶.....	بعد از جراحی: اتاق ریکاوری.....
۴۶.....	بعد از جراحی: داخل بخش بیمارستان.....
۴۷.....	طول دوران ماندن در بیمارستان.....
۴۷.....	بازتوانی.....

۴۸	کنترل درد
۴۸	کنترل درد بعد از جراحی
۴۹	کنترل درد در خانه
۴۹	چگونه و چه زمانی می‌توانم داروهای مسکن را کم کنم؟
۵۰	جلوگیری از لخته شدن خون
۵۱	کبودی
۵۱	رفتن به خانه
۵۳	دوران بعد از جراحی
۵۴	حمل و نس
۵۴	هواپیما
۵۴	رانندگی
۵۴	جابجایی در ماشین
۵۷	فعالیت‌های روزانه
۵۷	راه رفتن
۵۸	راه رفتن با واکر
۵۹	پله
۵۹	بالا رفتن از پله با نرده
۶۰	پایین رفتن از پله با نرده
۶۱	بالا رفتن از پله بدون نرده
۶۱	پایین رفتن از پله با نرده
۶۲	نشستن
۶۳	برخاستن از صندلی
۶۳	وارد تخت شدن
۶۴	خارج شدن از تخت
۶۴	پوشیدن لباس
۶۴	مراقبت زخم
۶۵	فعالیت جنسی بعد از تعویض مفصل لگن
۶۵	بازتوانی بعد از جراحی
۷۸	بازگشت به کار

۷۸	تغییرات محل کار
۷۹	بی خوابی
۸۰	فعالیت‌های روزانه
۸۱	مراجعه به جراح
۸۱	عوارض
۸۱	گیجی کوتاه مدت
۸۲	یبوست
۸۲	لخته شدن خون
۸۳	گرم و تورم
۸۳	صدا دادن
۸۳	بیحسی
۸۴	افزایش وزن
۸۴	ضعف و درد عضلات
۸۴	عفونت مفصل
۸۴	عفونت زخم
۸۵	عفونت سیستم ادراری
۸۵	عفونت سیستم تنفسی
۸۶	آنمی (کم خونی)
۸۶	شل شدن مفصل
۸۶	دندانپزشکی و مداخلات پزشکی
۸۷	تزریقات داخل مفصلی
۸۹	سوالات شایع
۹۹	منابع