

آرتروسکوپی

آرتروسکوپ وسیله ای است که پزشک متخصص ارتوپدی از آن برای دیدن داخل مفصل برای تشخیص و یا درمان بیماری استفاده می کند. کلمه آرتروسکوپی به معنای دیدن داخل مفصل است. در واقع وسیله آرتروسکوپ، یک مفصل بین است. پزشک معالج با دیدن داخل مفصل می تواند بسیاری از بیماری های آن را تشخیص داده و اقدام به درمان جراحی بعضی از آنها از طریق آرتروسکوپ کند.

یک سوزن بزرگ در مفصل جایگذاری می شود و مفصل با محلول سالین متسع می گردد سپس آرتروسکوپ وارد مفصل میشود و ساختارهای مفصلی مشاهده می گردد.

آرتروسکوپی در شش مفصل بیشتر انجام می شود که عبارتند از: زانو، شانه، آرنج، مفصل ران، مچ دست و مچ پا.

این روش در اتاق عمل و تحت شرایط استریل وبا استفاده از بی حسی موضعی مفصل یا بیهوشی عمومی صورت می گیرد.



موارد منع جراحی آرتروسکوپی:

آرتروسکوپی نباید پیش از معاینه ی دقیق بالینی و روش های تشخیصی غیرتهاجمی تر انجام شود. در مواردی که به علت انتقال عفونت های سطحی خطر عفونت مفصلی وجود دارد، نباید انجام شود. خشکی کامل یا شدید مفصلی از موارد منع نسبی آرتروسکوپی است. آسیب های اطراف مفصل که باعث نشت مایع از داخل مفصل می شوند نیز مانعی برای جراحی آرتروسکوپی اند

آموزش های قبل از عمل آرتروسکوپی

- ترس و اضطراب را از خود دور کنید.
- این عمل برای هر مفصل حدودا نیم ساعت تا چندین ساعت طول میکشد.
- شما باید از ۸ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید.
- قبل از عمل دوش گرفته و موهای محل جراحی را اصلاح کنید
- ممکنست ۳-۲ محل برش برای انجام این عمل لازم باشد.
- معمولا پس از ترخیص بیماران آنتی بیوتیک تجویز نمی شود، پس خودسرانه آنتی بیوتیک مصرف نکنید؛ ولی اگر شرایط ویژه ای بود و آنتی بیوتیک تجویز شد آن را کامل مصرف کنید.

آموزش های بعد از آرتروسکوپی

- پس از انجام این عمل، جهت کنترل تورم، مفصل با بانسمان فشاری پوشانده می شود. همچنین ممکن است از کمپرس یخ به منظور کنترل ادم و ناراحتی و درد استفاده شود.

- جهت کاهش تورم، مفصل باید مرتباً در وضعیت صاف و بالا نگهداشته شود

- شما باید بعد از عمل از انجام فعالیت های شدید در مفصل اجتناب نموده و انجام ورزش باید توسط پزشک تأیید شود. در صورت مشاهده تب، خونریزی شدید، تورم، بیحسی، سردی پوست به پزشک مراجعه کنید.

- برای تسریع التیام بافت نرم و استخوان، رژیم غذایی پرپروتئین و پرکالری استفاده کنید.

- جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر (میوه ها و سبزیجات) حاوی سبوس و مایعات فراوان استفاده کنید.
- مصرف سبزیجات و مرکبات و آب میوه های تازه حاوی ویتامی C، می تواند به بهبود سریعتر زخم کمک کند.

- فعالیت های روزانه نقش مهمی را در درمان شما پس از انجام عمل آرتروسکوپی ایفا می کند. برنامه ورزشی به قدرت گرفتن عضلات و حرکت آن کمک میکند. جراح بر اساس روش جراحی برنامه درمانی خاصی تهیه میکند.

- از انجام ورزش های شدید بدنی اجتناب کنید.

- از بلند کردن اجسام سنگین با دست یا پای جراحی شده اجتناب نمایید.

- یخ مسکن خوبی برای درد و تورم است.

- در هنگام دوش گرفتن شما باید مراقب باشید محل برش را مالش ندهید و آن را خیس نکنید.



بیمارستان عیسی بن مریم (ع)

راهنمای مراقبت بعد از آرتروسکوپی



واحد آموزش به بیمار

تدوین: بهار ۱۴۰۰

کد پمفلت: H.E.168

شماره تماس با واحد آموزش به بیمار:

۶۷-۳۲۳۳۲۰۶۵ (داخلی ۲۹۲)

www.Bimaramozesh.blogfa.com

[Telegram.me/bimar_amoresh](https://t.me/bimar_amoresh)

Insta:isa-diabet

- ✓ مراقبت های بعد از جراحی در بدست آوردن نتیجه درمانی خوب تاثیر فراوان دارند. بهترین جراحی بدون رعایت مراقبت های بعد از آن بی ارزش است.
- ✓ مسافرت کردن اشکالی ندارد ولی باید در طول مسافرت آویز گردن بسته باشید.
- ✓ از رانندگی در هفته های اول بعد از جراحی اجتناب نمایید. با اجازه پزشک رانندگی نمایید.
- ✓ نیازی به آتل گرفتن یا گچ گرفتن عضو بعد از آرتروسکوپی نیست.

در چه مواردی به پزشک مراجعه نمایید؟

- ✓ در فواصل منظم و مشخص شده توسط پزشک جهت ادامه درمان به پزشک مراجعه نمایید.
- ✓ در صورت مشاهده علائم زیر به پزشک معالج یا بیمارستان مراجعه نمایید:
- درد شدید که با ضد دردهای معمولی تسکین نیابد.
- سردی، رنگ پریدگی و یا کبودی انگشتان در انتهای عضو، گزگز و مور مور انتهای اندام مبتلا، درد و قرمزی در محل زخم، ترشح چرکی از زخم، تب و لرز، بی اشتها

مشاور علمی:

آقای دکتر محمود رضا کریمی (متخصص ارتوپدی)

نوبت دهی تلفن درمانگاه عیسی بن مریم: ۳۳۰۳۳۴۴۰

صبح ها (ساعت: ۰۰:۱۲ - ۰۷:۳۰)
بعد از ظهرها (ساعت: ۰۰:۱۹ - ۰۰:۱۴)

- ✓ حتماً بطور منظم طبق دستور پزشک خود از مسکن مناسب استفاده کنید. معمولاً به همراه آنها داروی معده (برای جلوگیری از زخم معده) هم تجویز می شود. این درد ها اوایل بیشتر بوده و کم کم از بین خواهد رفت.
- ✓ سوراخهای جراحی آرتروسکوپی شانه حدود ۵ میلیمتر بوده و نیازی به تعویض پانسمان ندارند.
- ✓ طاق باز خوابیدن ممکن است باعث آسیب شانه شما شود.
- ✓ سی دی فیلم جراحی آرتروسکوپی خود را از جراح خود دریافت کنید و آنرا بخوبی نگهداری کنید. مشخصات شما در فیلم موجود است تا با فیلم بیمار دیگر اشتباه نشود.
- ✓ آویز گردن خود را در زمان آرتروسکوپی شانه به هیچ وجه بدون هماهنگی با جراح خود باز نکنید کارهای شخصی خود را با یک دست و بدون باز کردن آویز انجام دهید.
- ✓ مراجعه شما به مطب جراح باید طبق برنامه باشد تا حرکات و نرمشها و فیزیوتراپی شما بموقع انجام شود. فیزیوتراپی بموقع تکمیل کننده جراحی و موفقیت آن می باشد.
- ✓ بعد از جراحی تا مدتی باید شانه بیحرکت باشد. مدت بیحرکتی بسته به وسعت آسیب است ولی معمولاً ۶-۴ هفته طول میکشد. بعد از این بیحرکتی بیمار باید تحت نظر پزشک ارتوپد و یک فیزیوتراپیست نرمش های خاصی را برای افزایش دامنه حرکت شانه و افزایش قدرت عضلات اطراف شانه انجام دهد. بدست آوردن دامنه حرکت و قدرت عضلانی مناسب بعد از جراحی معمولاً به ۶-۴ ماه زمان نیاز دارد.