



بیمارستان
دکتر
مجیبیان

راهنمای خودمراقبتی

بیماران

آرتروسکوپی شانه ترمیم تاندون

بیمار گرامی / همراه عزیز:

باسلام و آرزوی سلامتی شما

با مطالعه نوشتار حاضر ابتدا با

ماهیت بیماری تان و سپس با نحوه

مراقبت از خود آشنا می شوید.

مقدمه

آرتروسکوپی مفصل شانه برای درمان پارگی تاندون شما استفاده شده است. در این جراحی با تعبیه چند ورودی کوچک در اطراف مفصل شانه جراحی با دستگاه و به طور بسته انجام می شود.

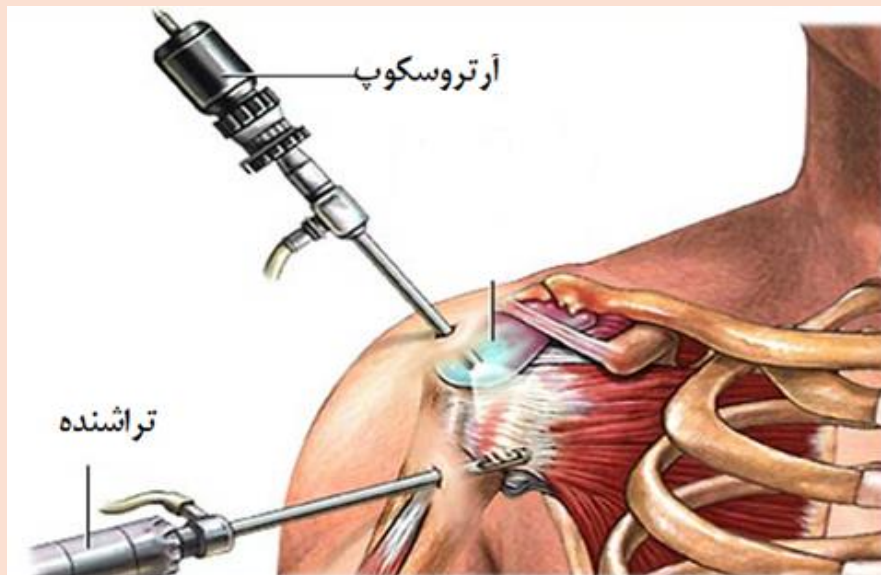
با این روش حداقل میزان آسیب به مفصل وارد می گردد. در رفتگی های مکرر مفصل، پارگی تاندون ها، ناپایداری مفصل را می توان با این روش درمان نمود. زمان بهبودی نسبت به جراحی باز سریع تر می باشد. مدت بی حرکتی مفصل پس از جراحی بسته به نظر جراح از دو هفته تا شش هفته متغیر است. درد پس از جراحی نسبت به روش باز کمتر می باشد.

تأیید کننده:

دکتر سید محمد قریشیان (فلوشیپ جراحی
شانه و آرنج)

تنظیم کننده:

دفتر پرستاری (دپارتمان آموزش به بیماران)



مراقبت های بعد از عمل جراحی

بریس زیر بغل یا گردن آویز را به طور دائم (۲۴ ساعته) به همین نحو باید داشته باشید. طول مدت استفاده از بریس یا گردن آویز را پزشک معالج برای شما تعیین خواهد نمود که معمولاً ۶ هفته خواهد بود.

به هنگام استحمام باید بریس زیر بغل یا گردن آویز شما را در حالی که دست شما را نگه داشته اند، باز کنند. بدون این که شانه عمل شده را حرکت دهید شستشو را انجام دهید توجه داشته باشید بعد از اتمام کار دقیقاً به همان شکل بریس را مجدداً برای شما ببندند.

پانسمان هایی که روی محل زخم ها گذاشته شده را تا ۵ روز تعویض نکنید. سپس تا مراجعه بعدی (حدود ۱۴ روز بعد) ۳-۴ نوبت تعویض گردد. پانسمان معمولاً ضد آب بوده و از همین امروز می توانید با آن ها استحمام کنید.

ممکن است در روزهای بعد دچار تورم منطقه دست و انگشتان و یا کبودی در ناحیه بازو شوید که کاملاً طبیعی بوده و جای نگرانی ندارد.

شب ها ممکن است احساس درد در ناحیه عمل داشته باشید که کمپرس سرد و در صورت نیاز مصرف مسکن تجویز شده باعث کاهش درد خواهد شد.

خوابیدن با بریس زیر بغل کمی مشکل است ولی شب ها نیز باید بریس بسته باشد. گذاشتن دو عدد بالش زیر سر باعث می شود راحت تر بخوابید. گاه بهتر است به صورت نیمه نشسته بخوابید.

طرز خوابیدن به صورت طاق باز و یا روی شانه مقابل است زیرا روی شانه عمل شده نمی توانید بخوابید.

بعد از ۶ هفته استفاده از دست جهت انجام کارهای سبک مانند نوشتن، کار با کامپیوتر یا جابجایی اجسام سبک بلامانع است.

رانندگی با یک دست توصیه نمی شود.

هر اقدام جراحی ممکن است با عوارضی همراه باشد که عوارض آرتروسکوپی شانه به ندرت شامل عفونت، خونریزی داخل مفصلی، اختلال عصبی عروقی، ترومبوفلبیت (تشکیل لخته در سیاهرگ ها) سفتی مفصل، تجمع مایع در مفصل، چسبندگی و تاخیر در التیام زخم است.

لذا در صورت بروز علائم به پزشک خود اطلاع دهید. در صورت تجویز دارو توسط پزشک معالج آن را به موقع مصرف کنید و در تاریخ مقرر جهت ویزیت بعدی مراجعه نمایید.