

تعویض مفصل لگن (ران)

مفصل لگن یک مفصل به شکل گوی و حفره است این مفصل بین سر استخوان و استابولوم لگن (یک فرو رفتگی که در قسمت تحتانی لگن قرار دارد) تشکیل شده است. در برخی مواقع این ناحیه دچار آرتروز یا ساییدگی می‌شود و یا عواملی مانند روماتیسم، سیاه شدن سر استخوان، ضربه یا تصادفات شدید سبب آسیب شدید به این ناحیه می‌شود در این صورت پزشک مجبور به تعویض مفصل لگن می‌شود. مفصل ران یک مفصل چند محوری است و دامنه وسیعی از حرکت را امکان پذیر می‌کند خم شدن، کشیدن بدن، چرخش به درون، چرخش به بیرون با این حال این مفصل تحرک را فدای ثبات می‌کند زیرا برای تحمل وزن طراحی شده است و کل وزن بدن در هنگام ایستادن به اندام تحتانی بدن منتقل می‌شود

علائمی که ممکن است در این نوع آسیب در فرد پدیدار شود:

- احساس درد شدید در ناحیه لگن در تمام ساعات شبانه روز که ممکن است مانع از انجام فعالیت‌های روزمره عادی شود
- راه رفتن حتی در یک مسافت کوتاه نیز برای فرد مشکل باشد و نیاز به واکر یا عصا داشته باشد
- شکستگی یا ترک خوردگی در این ناحیه بخصوص در افراد سالخورده و پیر که استخوان‌ها به سختی جوش می‌خورند
- وجود تومور یا توده در این ناحیه
- تورم، سفتی و عدم انعطاف پذیری در ناحیه لگن
- جراحی تعویض مفصل لگن روشی است که در آن پزشک با جراحی، مفصل لگن آسیب دیده را برمی‌دارد و آن را با یک مفصل مصنوعی که اغلب از جنس فلزی یا پلاستیکی است جایگزین می‌کند. البته این روش زمانی اجرا می‌شود که گزینه‌های درمانی دیگر کارآمد نبوده باشد. این عمل عمدتاً برای تسکین درد و سفتی مفصل ران ناشی از آرتروز مفصل ران انجام می‌شود و گاهی اوقات برای درمان آسیب‌هایی مانند شکستگی یا رشد نامناسب لگن و سایر شرایط استفاده می‌شود.

نحوه عمل آرتروپلاستی لگن

با برداشتن سر و گردن استخوان ران (Girdlestone آرتروز کاذب) در روش آرتروپلاستی لگن برشی و قسمت فوقانی دیواره ی استابولوم، یک مفصل کاذب ایجاد می‌شود و توده ای از بافت نرم

تعویض مفصل لگن (ران)

. در این حفره بین دو استخوان قرار داده می شود

آموزش پس از ترخیص

رژیم غذایی

- ❖ در صورتی که بیماری زمینه ای ندارید محدودیت غذایی خاصی برای شما وجود ندارد .
- ❖ برای تسریع بهبود زخم از میوه و سبزیجات فراوان و غذاهای پرپروتئین استفاده نمایید.
- ❖ برای جلوگیری از بیوست از مایعات فراوان و رژیم پرفیبر حاوی سبوس استفاده نمایید.

فعالیت

- ❖ از انجام ورزش های شدید بدنی اجتناب کنید.
- ❖ خم کردن شدید مفصل ممکن است موجب در رفتن مفصل شود پس باید از این کار اجتناب کرد.
- ❖ معمولا بعد از جراحی، در صورت اجازه پزشک می توانید با واکر یا عصای زیر بغل راه بروید ولی تا چند هفته برای انجام کارهای روزمره به کمک نیاز دارید که باید در برنامه ریزی قبل از جراحی به این نکته توجه داشت.
- ❖ از استراحت های طولانی پرهیزید و جهت راه رفتن از وسایل کمک حرکتی مانند واکر استفاده نمایید.
- ❖ جهت جلوگیری از زمین خوردن در حمام و پله هل از دستگیره های کمکی استفاده نمایید .

تعویض مفصل لگن (ران)

- ❖ هنگام استفاده از واکر اول پای معیوب و هنگام استفاده از عصا اول پای سالم را حرکت دهید.
- ❖ از روی هم انداختن پاها اجتناب کنید و پاهای خود را صاف نگه دارید .
- ❖ حداقل ۳-۶ ماه طول میکشد تا پزشک اجازه بالا و پایین رفتن از پله ها را بدهد.

مراقبت

- ❖ باید تغییراتی در وضعیت محل زندگی ایجاد کنید تا از زمین خوردن شما جلوگیری شود .زمین خوردن می تواند موجب شکسته شدن استخوان اطراف مفصل مصنوعی شده و در این وضعیت، درمان شکستگی بسیار مشکل تر و پر عارضه تر از شکستگی در فردی است که مفصل مصنوعی ندارد.
- ❖ در حمام دستگیره هایی روی دیوار نصب کنید تا در هنگام تغییر وضعیت از آنها استفاده کنید و از لیز خوردن خود جلوگیری کنید.
- ❖ صندلی حمام باید پایدار باشد و لیز نخورد.
- ❖ دو طرف پله ها باید دستگیره داشته باشند تا در حین بالا و پایین رفتن از پله از آنها استفاده کنید.
- ❖ تمام فرش های لغزنده و سیم های برق رها شده در کف منزل باید جمع آوری شوند تا احتمال زمین خوردن کاهش یابد.

تعویض مفصل لگن (ران)

- ❖ یک صندلی مناسب برای بیمار صندلی محکمی است که محل نشیمن آن زیاد نرم نباشد و در موقع نشستن روی آن در حالی که کف پاها روی زمین قرار می گیرد نباید زانو ها بالاتر از مفصل ران قرار بگیرند صندلی باید دو دسته داشته باشد و پشتی آن محکم باشد.
- ❖ همیشه یک بالشت کمی سفت داشته باشید تا روی صندلی ماشین یا مبل یا صندلی بگذارید بطوریکه زانوهای شما پایین تر از سطح مفصل هیپ قرار بگیرد.
- ❖ در هنگام نشستن نباید پاهای خود را روی یکدیگر بیندازید چون احتمال دارد با اینکار مفصل ران در برود.
- ❖ باید برای همیشه از توالت پایه دار (فرنگی) استفاده کنید .ارتفاع محل نشستن این توالت باید کمی بالاتر از معمول باشد بطوری که در هنگام نشستن بر روی آن، زانوها در سطح لگن قرار گیرند نه بالاتر از آن.
- ❖ در زمان نشستن بر روی صندلی به جلو خم نشوید .هنگام پوشیدن جوراب و شلوار و کفش مفصل ران را خم نکنید.
- ❖ از خم شدن به جلو برای برداشتن چیزی از روی زمین خوداری کنید .پای عمل شده نباید به طرف داخل خم شود.
- ❖ محل زخم را به روش استریل و در مراکز درمانی و توسط افراد آگاه تعویض کنید.
- ❖ ۱۴ تا ۲۰ روز بعد از جراحی بخیه ها کشیده می شود .
- ❖ از مسافرت های طولانی خودداری نمایید.
- ❖ حداقل ۳ تا ۶ ماه طول می کشد تا پزشک اجازه دهد از پله بالا و پایین بروید.

زمان مراجعه بعدی

تعویض مفصل لگن (ران)

- ❖ در در فواصل منظم و مشخص شده توسط پزشک جهت ادامه درمان به پزشک مراجعه نمایید.
- ❖ در صورت داشتن هر یک از علائم زیر هر چه سریعتر به پزشک یا اورژانس بیمارستان ولیعصر مراجعه نمایید.
- ❖ درد شدید که به مسکن پاسخ نمیدهد.
- ❖ اختلال حرکت اندام های تحتانی
- ❖ ناتوانی در کنترل دفع ادرار و مدفوع
- ❖ بوی نامطبوع یا ترشحات چرکی محل عمل
- ❖ خونریزی محل عمل
- ❖ تنگی نفس
- ❖ ادم و تورم ساق پا
- ❖ تب و لرز
- ❖ درد شدید کشاله ران
- ❖ کوتاه شدن پای مبتلا
- ❖ چرخش غیر طبیعی پا
- ❖ احساس ضربه ناگهانی در مفصل پا

منابع

تعویض مفصل لگن (ران)

- درسنامه ارتوپدی و شکستگی ها / تالیف دکتر بهادر اعلمی هرندی و همکاران / ویرایش چهارم
- کتاب پرستاری برونر- سوارث
- مجموعه کامل دروس پرستاری- انتشارات بشری
- Schwartz Principles of Surgery