



## تعویض مفصل ران (آرتروپلاستی)

تعویض مفصل ران نوعی عمل جراحی است که به تعویض مفصل لگن هم معروف است. در عمل جراحی تعویض مفصل ران پزشک جراح ارتوپد، مفصل ران بیمار را که خراب شده است برداشته و به جای آن یک مفصل مصنوعی می‌گذارد.

شایعترین علت خراب شدن مفصل ران آرتروز یا ساییدگی مفصل است. ساییدگی مفصل در همه انسان‌ها با شدت و ضعف متفاوت و با بالا رفتن سن ایجاد می‌شود ولی در بعضی شرایط زودتر بوجود می‌آید. مهمترین علل ساییدگی مفصل ران عبارتند از:

- مصرف کورتون

- نوعی تغییر شکل حفره استابولوم (قسمتی از استخوان لگن خاصره که سر استخوان ران را در درون خود جای داده)

- در رفتگی مادرزادی مفصل ران

- ایمپینجمنت سر استخوان ران و حفره استابولوم (بیماری که در آن حرکت سر استخوان ران در داخل حفره استابولوم به راحتی انجام نشده و همراه با گیر است)

- بد جوش خوردن شکستگی های استابولوم

- ابتلا به بعضی انواع روماتیسم مانند آرتریت روماتوئید و یا اسپوندیلیت انکیلوزان

### تعویض مفصل ران چه کمکی به بیمار می‌کند؟

عمل جراحی تعویض مفصل ران می‌تواند درد مفصل ران در ناحیه لگن را از بین ببرد. همچنین، محدودیت حرکتی مفصل ران را تا حدود زیادی مرتفع کند و کوتاهی پا را بطور کامل و یا تا حدود زیادی برطرف نماید. این عمل جراحی همچنین می‌تواند لنگش بیمار را به نحو چشمگیری بهبود بخشد.

## مراقبت های بعد از عمل تعویض مفصل ران:

- از پهلو به پهلو شدن تا زمانی که پزشک اجازه نداده است پرهیزید.

- بعد از عمل در حالت خوابیده به پشت استراحت نمائید و جهت جلوگیری از



دررفتگی مفصل، زانوها را باید از هم جدا نگه داشت و به هنگام خواب یک بالش بین پاهای خود قرار دهید.

- از آلوده شدن محل زخم خودداری کنید. در هنگام تعویض پانسمان باید هر گونه قرمزی، تورم و ترشح غیر عادی را به پزشک اطلاع دهید.



- با استفاده از وسایل کمک حرکتی مثل عصا و واکر هنگام راه رفتن با عصا حداکثر وزن خود را به دستها وارد کنید.

- دراز کشیدن به سمت عمل شده ممنوع است.

- مدت ۶-۸ روز بعد از عمل می توانید مفصل ران را تا ۶۰ درجه و

بعد از ۳-۲ ماه ۹۰ درجه خم کنید.



- در صورت تجویز داروهای ضد انعقاد از طرف پزشک معالج حتما تا تمام شدن داروها آنها را مصرف کنید.

- برای برداشتن اجسام از خم شدن به جلو پرهیزید.

- کوتاهی اندام، چرخش داخلی و خارجی، درد شدید در لگن و

عدم توانایی حرکت در اندام، ممکن است دلیلی بر در رفتگی پروتز باشد که

بایستی سریعا به پزشک مراجعه نمائید.



- هرگز پاهای خود را بر روی هم نیندازید .

- هر بار نشستن نباید بیشتر از ۳۰ دقیقه ادامه یابد و از مسافرت های طولانی پرهیزید.

- قبل از هر نوع جراحی حتما پزشک خود را از داشتن مفصل مصنوعی مطلع سازید.

- برای التیام زخم و جلوگیری از یبوست از رژیم غذایی پر پروتئینی و پر کالری و میوه جات و سبزی جات استفاده نموده و مایعات فراوان مصرف کنید.

- قبل از انجام نرمش، لگن خود را با کیسه آب گرم کمی گرم کنید.

- شنا و دوچرخه سواری ورزشهای خوبی هستند اما تنیس، بدمینتون و فوتبال که به

لگن وزن وارد می کنند مناسب نیستند.



- پاهایتان را حتما همیشه به سمت جلو نگه دارید.

- وقتی نشسته اید یا سرپا ایستاده اید پای عمل شده را

جلوتر از پای سالم قرار دهید.

- تنفس عمیق و سرفه داشته باشید.

- بعد از جراحی باید برای همیشه از توالت پایه دار

(فرنگی) استفاده کنید. به طوری که در موقع نشستن بر روی آن، زانوها هم سطح

لگن قرار گیرند نه بالاتر از آن. از آنجا که توالتهای ثابت

منازل معمولا نشیمن پایینی دارند بهتر است از توالت های

سیار استفاده شود.



واحد آموزش به بیمار- مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی حضرت رسول اکرم (ص)



# آموزش به بیمار

کد ۴۰

## تعویض مفصل ران



طسیم‌کننده: مهین قاسمی (کارشناس ارشد آموزش بهداشت و ارتقا سلامت)

تأییدکننده: دکتر حسین فریدنی (فلوشیپ جراحی زانو، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران)

سال ۱۴۰۳

آدرس: خیابان سارخان - خیابان نیایش - مجتمع آموزشی درمانی حضرت رسول اکرم (ص) - تلفن: ۶۴۳۵۱

<http://hrmc.iums.ac.ir/>