# هل تريد أن تعرف؟

K03
sheet 1/1

## إستبدال الركبة
## Total Knee Replacement

## التعريف

عملية تبديل مفصل الركبة بركبة اصطناعية.

## ما يجب أن تعرفه؟

### الأدوية

- تناول الأدوية وفق إرشادات الطبيب للتخفيف من الألم ومقاومة الإلتهابات.
- يجب إيقاف الاسبيرين، قبل العملية ولكن بعد موافقة الطبيب على ذلك.

### الطعام والحمية

إتبع برنامجاً لتخفيف الوزن في حال وجود السمنة. فالوزن الزائد يساهم في إضافة الضغط على مفاصل الركبة.

### النشاط البدني والحركة

- إعمل على أخذ فترات متناوبة من الراحة والنشاط آخذاً بعين الإعتبار الألم الذي تشعر به.
- سوف يزورك المعالج الفيزيائي للقيام بفحص حركة المفاصل، نسبة الألم، قوة العضلات والقدرة الذاتية على القيام ببعض التمارين المناسبة للركبة المصابة. إستعمل العكازات أو جهاز المشي للتخفيف من الضغط على الركبة.
- إتبع نصيحة الطبيب الجراح بخصوص المدى المسموح به في حمل الوزن على الركبة خلال فترة الإلتئام والشفاء.

### الخيارات العلاجية

- حرّك أصابع القدمين أو قم بتمارين أخرى بسيطة مناسبة لتحسين عملية جريان الدم في الساقين.

### إجراءات وقائية

- إتصل بالطبيب عند ظهور أي من الأعراض التالية: ألم شديد، إلتهاب، تورم شديد، أو نزف من الجرح، إرتفاع الحرارة.
- تذكّر بأن المفصل الاصطناعي مصمّم للقيام بالنشاطات اليومية وليس لممارسة الرياضة.
- أعد ترتيب منزلك لجعله أكثر أمانا وسلامة لسهولة الحركة.

## إرشادات

جميع الحقوق محفوظة، ٢٠٠٦، الجامعة الأميركية في بيروت المركز الطبي

إن المعلومات الواردة هي لهدف التثقيف فقط. يجب استشارة الطبيب في حال تطابق أي من العوارض الواردة ضمنا.
تم تحضير هذه النشرة من قبل قسم الخدمات التمريضية بالتنسيق مع جهات طبية اخرى.

© 2005 American University of Beirut Medical Center