هل تريد أن تعرف؟

K04
sheet 1/1

استبدال الورك الكلي
Total Hip Replacement

التعريف

هوعمل جراحي يساعد على تخفيف الألم والتصلّب عند الورك. وقد أنتجت الأبحاث التقنية المتطورة مواداً جديدة لتبديل ورك المريض بورك إصطناعي.

ما يجب أن تعرفه؟

الأدوية

تناول الأدوية وفق إرشادات الطبيب.

الطعام والحمية

إتبع نظاماً غذائياً للحفاظ على وزن مناسب إن كنت تعاني من السمنة.

النشاط البدني والحركة

- ضع الركبتين تحت مستوى الوركين عند الجلوس ويفضّل الجلوس على وسادة صغيرة.
- حدّد نسبة الانحناء عند الوركين (قد تضطّر لشراء مرحاض عال، مقعد للإستحمام أو بعض الأدوات للمساعدة).
- سوف يقوم المعالج الفيزيائي بزيارتك في اليوم الأول بعد العملية كي: يعلّمك على كيفية الإهتمام بنفسك، أخذ الإحتياطات اللازمة والقيام بالنشاطات والحركات اللازمة للورك، الركبة والكاحل. سوف يساعدك المعالج الفيزيائي على المشي في اليوم الثاني من العملية، ولكن حسب وضعك الصحي.

الخيارات العلاجية

- بعد العملية، إنتعل الأحذية ذات الكعب المنخفض، مراعياً التوازن الجسدي ومحافظاً على سلامتك.
- إستعمل ليفة طويلة وخرطوم ماء طويل للإستحمام لتجنب الإنحناء.
- إستعمل قرناً طويلا لتسهيل لبس وخلع الجوارب والأحذية دون الحاجة للإنحناء عند الوركين.
- عدّل بالحركات الجسدية لتتناسب مع الإرتفاع عند النوم والنهوض او إستعمال السيارة. إنتبه للإنزلاق.
- رتّب غرفة الجلوس وغرفة النوم لإستعمالهما بشكل أسهل وأسلم: إجعل الأغراض في متناول يديك.

إجراءات وقائية

أعلم الطبيب المسؤول في حال: الشعور بألم مستمر وزائد، تواجد علامات الإلتهاب (ورم زائد، أو أي إفرازات من الجرح)، حرارة مرتفعة.

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