

Materiały edukacyjne

ZALECENIA PIELĘGNIARSKIE DLA PACJENTÓW PO OPERACJI ENDOPROTEZOPLASTYKI STAWU KOLANOWEGO	nr 20
--	--------------

Endoproteza stawu, czyli wszczepienie sztucznego stawu, to operacja konieczna w przypadku zaawansowanej choroby stawów, urazu lub innych schorzeń. Po przeprowadzeniu zabiegu endoprotezy stawu konieczne jest odpowiednie postępowanie i rehabilitacja.

Proces rekonwalescencji po zabiegu jest czasochłonny. Pacjent i rodzina powinni być cierpliwi i gotowi na długoterminową opiekę. Wszystkie decyzje dotyczące rehabilitacji i postępowania po endoprotezie stawu powinny być dostosowane do indywidualnych potrzeb pacjenta i zaleceń lekarza specjalisty oraz fizjoterapeuty.

Dbanie o higienę:

Zmiana opatrunku w domu:

- przygotuj miejsce i wszystkie niezbędne materiały do zmiany opatrunku: rękawiczki jednorazowe, płyn do dezynfekcji rany, płyn do dezynfekcji rąk, opatrunki, worek na odpady, jałowe gaziki, środki dezynfekujące, roztwór soli fizjologicznej NaCl 0,9 %- w razie potrzeby, plastry czy gotowe opatrunki (z włókniny, z wkładem chłonnym, samoprzylepny, jałowy, różnej wielkości) można kupić w każdej Aptece,
- starannie umyj, osusz i zdezynfekuj ręce,
- załóż rękawiczki jednorazowe,
- zdejmij opatrunek z rany – gdy jest przesuszony i przylega mocno do rany, namocz go roztworem soli fizjologicznej NaCl 0,9 % i poczekaj, aż bezboleśnie i lekko zacznie odchodzić od rany,
- brudny opatrunek włóż do przygotowanego wcześniej worka wraz z rękawiczkami,
- przed założeniem nowych rękawiczek zdezynfekuj ponownie ręce,
- przemyj ranę kilkoma gazikami nasączonymi płynem antyseptycznym do dezynfekcji ran, wykonuj ruchy od środka rany na zewnątrz. Delikatnym ruchem usuń martwe tkanki. Można bezpośrednio ranę spryskać środkiem odkażającym. Po przemyciu i odkażeniu okolice rany starannie osusz sterylnymi kompresami,

- gdy skóra wyschnie, załóż nowy opatrunek. Jego wielkość musi być dostosowana do wielkości rany – opatrunek musi ją całą zakrywać. Pamiętajmy, aby nie dotykać wewnętrznej strony kompresu, który założymy na ranę pooperacyjną,
- zdejmij i wyrzuć rękawiczki do worka,
- starannie umyj, osusz i zdezynfekuj ręce,
- opatrunek zmieniaj codziennie, dbaj, aby był zawsze czysty i suchy,
- na usunięcie szwów zgłoś się do Poradni po 14 dniach od zabiegu operacyjnego (konieczna wcześniejsza rejestracja telefoniczna w Poradni Urazowo - Ortopedycznej),
- gdy zauważysz zmiany w postaci: wycieku, rozejścia się brzegów rany, silnego zaczerwienienia, obrzęku, dużej bolesności – załóż opatrunek na ranę, koniecznie zgłoś się do lekarza pierwszego kontaktu lub Poradni Urazowo – Ortopedycznej.

Rehabilitacja i fizjoterapia:

- wczesna rehabilitacja jest bardzo ważna dla przywrócenia funkcji stawu,
- ćwiczenia ukierunkowane na poprawę zakresu ruchu, siły mięśniowej i równowagi są częścią procesu rehabilitacji,
- fizjoterapeuci dostosowują programy do indywidualnych potrzeb pacjenta.

Stosowanie chodu z pomocą:

- w początkowej fazie pacjent może potrzebować chodzika, kul lub innych pomocniczych urządzeń do chodzenia,

Zalecenia zespołu fizjoterapeutów dla pacjenta po założeniu endoprotezy stawu kolanowego:

- po zabiegu operacyjnym nie podkładaj żadnych przedmiotów pod kolano kończyny operowanej (wałki, ręczniki, poduszki itp.),
- w miarę możliwości często zginaj i prostuj kończynę dolną leżąc na plecach lub siedząc z opuszczonymi nogami,
- unikaj siedzenia dłużej niż godzinę, jeżeli chcesz odpocząć raczej się połóż, odpoczywając w łóżku możesz spokojnie leżeć i spać na bokach, w miarę możliwości często zmieniaj pozycje,
- obciążaj kończynę operowaną asekurując się jedynie kulami,
- chodź często na krótkie spacerunki by poprawić kondycję,

- wstając z krzesła wsuń kończynę z endoprotezą pod siebie, niech ciężar ciała będzie rozłożony na obie kończyny,
- wchodząc po schodach stawiaj na stopniu najpierw kończynę zdrową a następnie kule i dostaw kończynę z endoprotezą,
- schodząc stawiaj na stopniu kule oraz kończynę operowaną a następnie dostawiaj kończynę zdrową.

Leki przeciwbólowe i przeciwzapalne:

- mogą być stosowane w celu kontrolowania bólu i redukowania obrzęku.

Kontrole Lekarskie:

- kontrola u ortopedy (14 doba po zabiegu operacyjnym) to ważna wizyta dla monitorowania postępu gojenia się i dostosowywania rehabilitacji.