

# آرتروسکوپی

گروه هدف: بیماران محترم

تهیه کننده: واحد آموزش دفتر پرستاری

شهریور ۱۳۹۷

همدان - پل پیشاهنگی ۴-۳۸۲۲۴۰۰۳-۰۸۱



شانه مفصل عمیقی است که جراحی آن نیازمند شکافتن عضلات، تاندون ها و رباط ها و سایر اجزای بافت نرم شانه است که این امر منجر به چسبندگی، محدودیت حرکتی و طولانی شدن دوره نقاهت و بازتوانی شود. جراحی شانه به روش آرتروسکوپی معایب جراحی باز را دارا نمی باشد و محاسن زیر را دارد:

۱. امکان دیدن و تشخیص دقیق ضایعه ها، تاندون ها، رباط ها، کپسول و غضروف در مفصل شانه
۲. نداشتن جای زخم بر روی شانه
۳. کاهش خطر عفونت
۴. کاهش چسبندگی
۵. کاهش محدودیت حرکتی پس از عمل
۶. بازگشت سریع تر عملکرد شانه
۷. کمتر بودن درد و ناراحتی پس از عمل

آرتروسکوپی شانه در چه مواردی قابل انجام هستند:

۱. درمان انواع دررفتگی های شانه
۲. درمان و ترمیم پارگی انواع تاندون های اطراف شانه
۳. درمان التهاب بورس اطراف شانه
۴. درمان محدودیت حرکتی اولیه و ثانویه در شانه
۵. درمان رسوب دردناک کلسیم در بافت های اطراف شانه
۶. برداشتن استخوان اضافی و درمان آرتروز

## آموزش های قبل از عمل:

۱. روز قبل از عمل حمام نمایید.
۲. ۶ تا ۸ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید.
۳. موهای زائد شانه و آرنج دست مبتلا را بتراشید.
۴. دستبند شناسایی خود را از پذیرش بیمارستان تحویل گرفته و پس از کنترل توسط پرستار در دست غالب خود ببندید.
- 5- در صورت داشتن هرگونه حساسیت دارویی ، غذایی ، فصلی و هرگونه بیماری خاص به پزشک و پرستار اطلاع دهید.

## مراقبت های بعد از عمل:

۱. تا هوشیاری کامل چیزی نخورید.
۲. به طور منظم و به دستور پزشک از مسکن استفاده کنید.
۳. سوراخ های محل عمل ۵ میلی متر بوده و بعد از ترخیص نیاز به تعویض پانسمان ندارد.
۴. آویز گردن خود را به هیچ وجه بدون هماهنگی با جراح خود باز نکنید. کارهای شخصی هود را با یک دست و بدون باز کردن آویز انجام دهید.

## آموزش و ارتقای سلامت :

- رژیم غذایی مناسب داشته باشید.
- از حرکات ناگهانی در اندام ها و چرخش های ناگهانی در مفاصل خودداری نمایید.
- ورزش های اصولی انجام دهید.
- وزن خود را کنترل نمایید و از کشیدن سیگار خودداری نمایید.
- مراجعه شما به مطب جراح باید طبق برنامه باشد تا حرکات و نرمش ها و برنامه فیزیوتراپی شما به موقع انجام شود.