



هدف از درمان

هدف از درمان جراحی پارگی لیگامان متقاطع یا صلیبی بازگرداندن پایداری به زانو است بطوری که بیمار بتواند به فعالیت های ورزشی خود برگردد.

بسیاری از پارگی های لیگامان متقاطع قدامی با بخیه زدن ساده بهبود نمیابند. درمان جراحی این پارگی ها چیزی بیش از بخیه زدن ساده آنها است و آنرا بازسازی مینامند به این علت که پزشک ارتوپد بافت دیگری را که معمولاً یک لیگامان است از قسمت دیگری از بدن به ناحیه ای که رباط متقاطع قدامی بوده است منتقل میکند تا این بافت جایگزین بافت قبلی شده و داربستی برای ترمیم لیگامان شود. این بافت ها راگرافت می نامند.



جراحی رباط ACL

در روش های جراحی جدید، جراحی بسته توسط دستگاه آرتروسکوپی انجام می شود. در این جراحی ها از تاندون های بدن مثل تاندونها هامسترینگ یا تاندون پاتلا در این جراحی تاندونها با نخ غیرقابل جذب و پیچ قابل جذب در استخوانهای ساق و ران جایگزین و تثبیت می شود.

آموزش به بیمار پس از جراحی ACL

۱- روی زانو عمل شده یخ قرار دهد تا درد و خونریزی احتمالی را کم شود. شب ها پاتلا (کشکک) را به بالا و پایین و طرفین حرکت دهد.

۲- پای جراحی شده را داخل بریس بالاتر از سطح قلب قرار دهد. (پاها بالاتر از تنه باشد)

۳- انجام ورزش (ورزش درمانی زانو) تقویت زانو ۲۴ ساعت بعد از عمل با بالا آوردن ساق در حالی



که زانو صاف می باشد تا حدی که درد ایجاد نکند در حد توان بیمار تکرار شود.

۴- با ۲ عصا در حد تحمل پای خود را زمین بگذارد یعنی همه وزن را روی زمین قرار ندهد.

۵- بیمار می تواند زانوی خود را تا ۹۰ درجه خم کند.

۶- مسکن استفاده کند. زیرا مسکن باعث کاهش درد شده و تمرینات ادامه می یابد.

۷- پانسمان محل عمل هر روز تعویض شود.

۸- در صورت هرگونه تشدید درد یا قرمزی محل عمل یا ترشح از ناحیه بخیه ها ، به پزشک اطلاع دهید.

۹- بخیه ها پایان هفته دوم باز خواهد شد.

۱۰- از غذاهای پرکالری و لبنیات ، مایعات فراوان استفاده نمائید.

بیمارستان بین المللی قائم (عج)



آموزش به بیمار جراحی

رابط ACL

زیرنظر:

کمیته آموزش به بیمار بیمارستان قائم (عج)

تأیید و تصویب:

دکتر محسن مردانی



سلامت شما، تخصص ماست



Ghaem Int Hospital

رشت، بلوار شهید افتخاری

۰۱۳۳۳۵۶۵۰۱۱-۱۹

۰۱۳۳۳۵۶۵۰۱۰

www.ghaem-hospital.ir

info@ghaem-hospital.ir



۱۱- دو هفته بعد ویزیت مجدد توسط پزشک
معالج انجام شود.

۱۲- جهت فیزیوتراپی با پزشک معالج مشورت
گردد.

۱۳- بیمار در پایان ماه اول می تواند دو عصا را
کنار بگذارد و همه وزن خود را روی پای عمل
شده قرار دهد.

۱۴- دویدن در پایان ماه چهارم توصیه می شود.

۱۵- از زمانی که دامنه خم کردن زانو به ۱۳۵
درجه یا قدرت عضله چهار سر آن ۸۵٪ زانو
مقابل برسد می تواند به ورزش برگردد.

