

اقدامات لازم جهت آمادگی برای جراحی :

آمادگی برای جراحی تعویض مفصل

آمادگی برای جراحی تعویض مفصل ران از هفته ها قبل از تاریخ دقیق جراحی آغاز میشود . جراح ممکن است در موارد ذیل با شما گفتگو نماید.

۱- **معاینه دندان ها :** جراحی های دندان همچون کشیدن دندان و عمل جراحی لثه باید قبل از جراحی تعویض مفصل انجام گیرد تا از ایجاد عفونت جلوگیری نماید.

۲- **توصیه های دارویی :** جراح ممکن است شما را در مورد قطع مصرف بعضی از داروها قبل از جراحی راهنمایی نماید لذا قبل از جراحی لازم است تمامی داروهای مصرفی خود اعم از شیمیایی یا گیاهی و حساسیت های غذایی یا دارویی خود را به پزشک یا پرستار اطلاع رسانی فرمایید . برخی داروها که خون شما را رقیق می کنند باعث افزایش خون ریزی بعد از جراحی و مداخله در بهبودی شما خواهند شدو استفاده از این نوع داروها باید قبل از انجام جراحی متوقف شودمانند وارفارین و

۳- **قطع کشیدن سیگار :** سیگار کشیدن خطر ایجاد مشکلات ریوی بعد از عمل را افزایش داده و بر بهبود زخم تاثیر منفی می گذارد .

۴- **کاهش وزن :** بیمارانی که اضافه وزن دارند با کاهش وزن موجب کاهش فشار بر روی مفصل جدید خود می گردند.

۵- **تست های آزمایشگاهی:** آزمایشات خون ، ادرار، نوار قلب و عکس قفسه سینه ممکن است قبل از جراحی برای بررسی آمادگی عمل انجام گیرد.

۶- **سلامت و افزایش قدرت عضلات بدن:** این نکته مهم است که در بهترین وضعیت سلامت عمومی خود باشید تا موجبات انجام هرچه بهتر عمل جراحی را فراهم کنید لذا حتما از چند روز قبل از عمل غذای سالم و مایعات زیاد مصرف فرماییدو از داشتن استراحت و ورزش کافی نیز اطمینان حاصل نمایید.با توجه به اینکه بعد از عمل مدتی ناگزیر از استفاده واکر یا عصا می باشید لذا در ویدیو زیر چند تمرین ورزشی که ممکن است جراح به شما جهت افزایش قدرت مفاصل توصیه نماید، معرفی می گردد.

به خاطر داشته باشید قبل از شروع هر برنامه ورزشی با پزشک خود مشورت نمایید. و همینطور در صورت ایجاد درد و تورم بعد از ورزش به پزشک خود اطلاع دهید.

۷- **پرسیدن سوال :** مطمئن شوید از آنچه قرار است انجام شود و این نکته مهم است که قبل از عمل جراحی هر سوال کوچکی را که در ذهن دارید ، از جراح بپرسید. همچنین مهم است که در مورد روش های جراحی که می تواند برای شما استفاده شود با جراح خود صحبت نمایید .

۸. **پوشش بیمه:** در صورت استفاده از پوشش بیمه از اعتبار آن مطمئن شوید.