

## جراحی مفصل ران و لگن خاصره Hip Surgeries

### جراحی تعویض مفصل لگن خاصره

مفصل لگن دارای گوی (سر استخوان) و کاسه (ساکت socket) مفصل می باشد - و بهمین دلیل است که میتوانی پای خود را در جهات مختلف حرکت بدهید. گوی، قسمت گرد و برآمده بالای استخوان ران (فیمر femur)، در میان حفره (کاسه) مفصل لگن در جهات مختلف می گردد.

سر گرد استخوان ران با یک فلزی تعویض می شود. همچنین حفره کاسه ای لگن را با یک پوسته قالب ریزی شده و پوشیده شده از یک لایه محافظ تعویض می کنند. یک پوسته قالب گیری شده را که با لایه محافظی پوشانده شده است داخل کاسه لگن جاسازی می کنند و گوی فلزی را در آن پوسته قرار می دهند. سپس ماده ای را به این قطعه اضافه می کنند تا مانع استهلاک گوی و استخوان بشود و در مرحله آخر آنرا به لگن پیوند می زنند. کل این پروسه حدود 2 ساعت طول می کشد. اعضاء مصنوعی جدید می توانند حرکت مفاصل را آسانتر کرده، درد را التیام بخشند، و تا 25 سال دوام بیاورند.

ممکن است حدود 2 تا 3 شب بعد از عمل جراحی در بیمارستان بمانید. پیشرفت اوضاع و تغییرات حال شما توسط نرس کنترل می شود و کاری می کنند که بتوانید درد را تحمل کنید. یک متخصص فیزیوتراپی و یک متخصص کار درمانی (occupational therapist) شما را ویزیت خواهند کرد. متخصص فیزیوتراپی روی موارد عمومی مربوط به حرکت کردن تان کار می کند، و متخصص کار درمانی به شما یاد می دهد که چگونه فعالیت های روزمره را بدون اینکه به خودتان آسیب برسانید انجام بدهید.



روز جراحی شما را تشویق می کنند که بلند شوید و از واکر (walker) استفاده کنید. در روزهای بعد با عصای زیر بغل برای راه رفتن و بالا و پائین رفتن از پله ها تمرین خواهید کرد. احتمالاً حداقل سه ماه بعد از جراحی هنوز برای راه رفتن احتیاج به عصای زیر بغل، یا عصا (واکر) خواهید داشت.

برای تحمل درد باید دارو مصرف کنید. خیلی مهم است که با نرس در باره کنترل درد حرف بزنید. به خودتان فشار نیاورید که درد را تحمل کنید، چرا که درد می تواند باعث شود مفصل خود را حرکت ندهید و در نتیجه دوران نقاهت تان طولانی شود.

ورزش کردن منظم و مرتب می تواند به شما کمک کند تا از جراحی خود حد اکثر بهره برداری را بکنید. فعالیت جسمی بهبودی تان را تسریع کرده، گردش خون را تقویت، و امکان لخته شدن خون را کم می کند. در سه ماه اول باید با مفصل جدیدتان با احتیاط رفتار کنید و از یک سری از کارها پرهیز کنید. برای مثال: بهتر است از خم شدن خود داری کنید و یا موقع نشستن یک پا را روی پای دیگر بیندازید. اگر در مورد ورزش کردن و یا طول دوران نقاهت خود سئوالی دارید از دکتر یا فیزیوتراپیست تان بپرسید.

برای اطلاعات بیشتر در باره تعویض مفصل لگن و اینکه آیا جراحی بهترین راه حل برای مشکل تان است، با جراح تان صحبت کنید.

- در مورد **مراقبت از مفصل لگن (Hip Precautions)** بیشتر بخوانید. (این اطلاعات را بر روی سایت OASIS نیز می توانید بخوانید)

## بازسازی سطوح مفصل لگن

در جراحی بازسازی سطوح مفصل لگن قسمت های خرد شده غضروف را از روی سطح مفصل برمی دارند. جراح غضروف خرد را از سر استخوان ران (فیمر) و داخل کاسه (ساکت socket) می تراشد تا مفصل بتواند به نرمی و با درد کمتری حرکت کند. سپس یک لایه محافظ را بر روی غضروف آسیب دیده حفره کاسه استخوان لگن و سر استخوان ران قرار می دهند تا استخوان و مفصل به هم سائیده نشوند.

از آنجائیکه در این نوع عمل جراحی مفصل را تعویض نمی کنند و فقط سطح آنرا ترمیم می کنند، بسیاری از بیماران فکر می کنند که جراحی عمده ای روی آنها انجام نگرفته است. واقعیت امر این است که کار بر روی مفصل در این نوع عمل جراحی به اندازه عمل تعویض مفصل پیچیده است و 3 ماه استراحت برای هر دو جراحی لازم می باشد. عموماً عمل بازسازی سطح مفصل لگن راه حلی موقتی برای دردهای ناشی از آرتروز استخوان (آستنو آرتریت) می باشد.

با جراح خود سؤال کنید که آیا این عمل برای شما مناسب است یا خیر.