

Рекомендации для пациентов с искусственным коленным суставом

- В будущем следует избегать любых гнойных инфекций. В случае проявления инфекции незамедлительно обратитесь к своему ортопеду, который пропишет вам антибиотические препараты. Это также касается плановых хирургических операций по лечению зубочелюстного аппарата.
- Вы получили **паспорт эндопротеза**, который нужно всегда иметь при себе. Это может быть важно при проведении последующих операций или прохождении предполетного контроля. Вы также можете включить данные о медицинских имплантатах/протезах в свой заграничный паспорт.

Помощь в повседневной жизни

После выписки подвижность в коленном суставе по-прежнему может быть ограничена, что затрудняет выполнение некоторых действий в повседневной жизни.

В этом вам могут помочь специальные вспомогательные средства:

- ручки на стенах, защита от скольжения в ванне и душе, скамейка для ванной, щетка для спины с длинной ручкой;
- ложка для обуви с длинной ручкой, эластичные шнурки;
- приспособления для надевания и снятия носков и чулков, в частности лечебных;
- щипцы для поднятия упавших предметов с пола.

Рекомендации для пациентов с искусственным коленным суставом

Обратитесь по данному вопросу к эрго-/физиотерапевту, который снабдит Вас необходимыми рекомендациями и научит обращаться со вспомогательными средствами. Ваш ортопед согласует с Вами график регулярных обследований, необходимых для проверки сустава, документирования хода процесса выздоровления и предоставления Вам информации о правилах обращения с суставом на тот или иной момент.

В случае повышения температуры, появления усиливающейся боли, затрудненного дыхания, неприятных ощущений (чувство холода или онемения, побеление или посинение стопы или ноги), развития паралича, появления отеков или выделений, а также покраснений в области раны, незамедлительно обратитесь к своему ортопеду или в наше амбулаторное отделение.

Мы надеемся, что данная информация содержит ответы на все интересующие Вас вопросы, и желаем Вам скорейшего выздоровления!

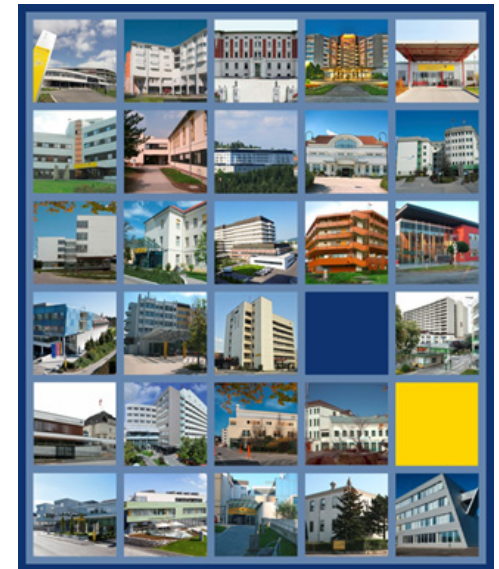
Ваша лечащая команда

Выходные данные:

Владелец издания NÖ Landesgesundheitsagentur
Редакция 05/2015
Knie TEP

www.lknoe.at

Информация на выписку



Рекомендации для пациенток с искусственным коленным суставом

**LANDES
GESUNDHEITS
AGENTUR**

Gesund und gepflegt. Ein Leben lang.

Уважаемая пациентка!

Уважаемый пациент!

Помимо консультации при выписке и врачебного заключения, по завершении Вашего пребывания в нашем отделении мы хотели бы предоставить Вам некоторую дополнительную информацию. Вы перенесли операцию по замене больного коленного сустава искусственным. Для обеспечения долгосрочного успеха, пожалуйста, соблюдайте приведенные ниже правила.

Особенно в первые **12 недель после операции** не подвергайте новый коленный сустав чрезмерным нагрузкам.

- Откажитесь от тяжелой физической работы.
- В последующие 3 месяца не поднимайте тяжести (свыше 5 кг).
- Чтобы не нагружать прооперированную ногу, Вы научились ходить на 2 костылях с упором на предплечье. При выписке Ваш ортопед снабдит вас предписаниями относительно рекомендуемого периода использования костылей и степени нагрузки.

- Укрепляйте мышцы ног, регулярно выполняя упражнения по лечебной физкультуре, которые Вы выучили. Старайтесь избегать резких порывистых или ударных движений.
- В соответствии с предписаниями Вашего ортопеда после операции или во время пребывания в стационаре носите компрессионные чулки (класс II).
- Врач может порекомендовать Вам использовать дома моторизованную шину для непрерывного пассивного движения. Данная шина улучшает подвижность коленного сустава, однако не заменяет активную лечебную гимнастику, направленную на укрепление мускулатуры. Фирма доставляет шину на дом и производит установку.
- Пожалуйста, уделите особое внимание предписанным мерам по профилактике тромбоза (разжижение крови).
- Если Вы подали заявку на помещение в реабилитационный центр, информацию относительно сроков поступления Вы получите в своей больничной кассе.

Важная общая информация

- Следите за своим **весом** и поддерживайте физическую активность.
- Ежедневно совершайте **пешие прогулки**, постепенно увеличивая их длительность, при этом выбирайте подходящую обувь (надежная фиксация и нескользящая подошва). В неровной местности рекомендуется использовать трость.
- Ваш искусственный сустав позволяет вернуться к **занятиям спортом**. Начинайте направленные на наращивание мускулатуры тренировки в знакомых Вам видах спорта после того, как получите разрешение своего ортопеда. В целом Вы старайтесь не превышать болевой порог.
- В течение 2 месяцев после операции не посещайте сауну, солярий и избегайте прямого воздействия солнечных лучей, при этом в течение 6 месяцев наносите на рубец солнцезащитное средство с соответствующим фактором защиты (не менее 20).
- Прежде чем снова **водить автомобиль**, Вы должны научиться ходить без костылей.