

## ARTROSKOPİK DİZ EKLEMİ VEYA ÇAPRAZ BAĞ AMELİYATI SONRASINDAKİ DAVRANIŞLAR



**Önemli:** Ameliyat bölgesinde ateş (38 °C'nin üzerinde), kızarıklık, şişme, iltihaplanma veya döküntüler meydana gelirse, derhal bir doktora veya poliklinik bölümümüze başvurmanız gereklidir!

## ARTROSKOPİK DİZ EKLEMİ VEYA ÇAPRAZ BAĞ AMELİYATI SONRASINDAKİ DAVRANIŞLAR

Ayrıca, buradaki ifadelerin genel tavsiyeler olduğunu belirtmek isteriz. Size özel başka tavsiyelerde bulunulmasını gerektiren bir tıbbi geçmişe sahipseniz, bunlar taburcu görüşmesi sırasında size iletilmiş olacaktır.

*Size sağlıklı bir iyileşme Sağlıklı bir iyileşme dönemi diliyoruz!*

Tedavi ekibiniz



**BASKI BİLGİLERİ**  
Medya sahibi: **NÖ LANDESGESUNDHEITSAGENTUR** · Yayım yeri:  
3100 St. Pölten · Fotoğrafın kaynağı: Philipp Monihart, iStock

Versiyon 06/2021

*Taburcu bilgileri*

**Artroskopik diz eklemi  
veya çapraz bağ ameliyatı  
sonrasındaki davranışlar**



**L  
G**

**A**

## ARTROSKOPİK DİZ EKLEMİ VEYA ÇAPRAZ BAĞ AMELİYATI SONRASINDAKİ DAVRANIŞLAR

Sayın hasta,

Taburcu görüşmemize ve doktor raporuna ek olarak, yatışınızdan sonraki dönem için size bazı genel tavsiyelerde bulunmak istiyoruz.

Ameliyattan sonraki dönem de en az ameliyatın kendisi kadar önemlidir, bu nedenle aşağıdaki hususları göz önünde bulundurun:

- Özellikle ameliyattan sonraki ilk hafta ameliyat edilen bacak 15 dakikadan fazla süre boyunca sürekli olarak aşağıya sarkıtılmamalıdır. Diz eklemının şiddetli şekilde şişmesini önlemek için bacağınızı günde birkaç kez kaldırın.
- Eklem genel olarak hala biraz şiş olabilir, muhtemelen bir eklem sıvısı birikimi gelişmiş olabilir. Deneyimlerimize göre, şişlik ve eklem sıvısı birikimi genellikle kendiliğinden kaybolur, günde birkaç kez soğutma yapma veya buz uygulanması bu hususta faydalı olabilir.

## ARTROSKOPİK DİZ EKLEMİ VEYA ÇAPRAZ BAĞ AMELİYATI SONRASINDAKİ DAVRANIŞLAR

- Ameliyat edilen bacak tam olarak ağırlık taşıyabilir hale gelene kadar, doktor tarafından reçete edildiği şekilde, trombozu önleme amaçlı olarak hareketsiz kalma süresi boyunca günde bir kez cilt altına düşük molekül ağırlıklı heparin enjeksiyonları (örn. Lovenox®, Fragmin®) uygulanmalıdır. Bu işlem sizin tarafınızdan veya yakınlarınız tarafından yapılabilir.
- Bir sonraki poliklinik kontrol randevusuna kadar 2 adet koltuk değneği kullanmaya devam ederek ameliyatlı bacağın üzerindeki ağırlığı azaltın. Doktorunuz tarafından daha ileri düzeyde yük verme hakkında bilgilendirileceksiniz, lütfen bu talimatlara uyun.
- İyileştirici jimnastik egzersizleri, gücü ve hareket aralığını artırmak ve diz ekleminizdeki şişliği azaltmaya yardımcı olmak için kullanılır. Bu nedenle, tedaviyi yürüten doktorunuzun fizyoterapi için verdiği talimatları mümkün olan en kısa sürede uygulayın. Cerrahi sonucu iyileştirmeye yönelik bazı egzersizler bağımsız olarak da yapılabilir.

## ARTROSKOPİK DİZ EKLEMİ VEYA ÇAPRAZ BAĞ AMELİYATI SONRASINDAKİ DAVRANIŞLAR

- Muhtemelen reçete edilen bir sabitleme atelinin, mutabık kalınan poliklinik muayene yapılana kadar takılması gerekli olacaktır. Ateli önerildiği şekilde günde birkaç kez kullanın.
- Doktor tarafından reçete edilen ağrı kesici ilaç, tıkanıklığı giderici etkisi nedeniyle orta dereceli şikayetlerde bile alınmalıdır.
- Dikişler yaklaşık 10 ila 12 gün sonra ilk kontrol muayenesi sırasında alınacaktır.
- Duş bandajı veya su geçirmez bandaj (eczaneden temin edilebilir) kullanılarak her zaman duş almak mümkündür. Ameliyattan sonra yaklaşık 14 gün boyunca tam olarak banyo yapılması önerilmez.