

TOTÁLNÍ ENDOPROTÉZA KOLENNÍHO KLOUBU

EDUKAČNÍ MATERIÁL PRO PACIENTY ◀.....



FAKULTNÍ NEMOCNICE®
OLOMOUC

Vážení pacienti,

operační výkon je velmi významným, ale pouze prvním krokem do Vašeho dalšího života. Na životnost a funkčnost totální endoprotézy má velký vliv Váš přístup a dodržování doporučených režimových opatření. Na Ortopedické klinice jsme Vás po operaci kolenního kloubu naučili správný stereotyp chůze o berlích a také jsme se zaměřili na cvičení (stahy) svalů dolních končetin.

Nyní přecházíte do domácího léčení a tento edukační materiál by Vám měl několika radami pomoci v následné péči.

Předně je nutné pamatovat, že implantovaná náhrada kolenního kloubu je pro tělo cizí materiál. Po celou dobu u umělého kloubu hrozí zvýšené riziko infekce a to zejména po chirurgických a stomatologických výkonech. Informujte před každým výkonem ošetřujícího lékaře o Vaší náhradě. Příčinou bakteriální infekce je zvýšená přilnavost bakterií na cizí materiál v těle, které se Vám mohou rozšířit krevní cestou z jiné části těla a způsobit zánětlivé komplikace.

■ NA MOŽNOST INFEKCE MYSLETE V PŘÍPADĚ:

- zhoršené pohyblivosti kloubu (např. nemožnosti plného propnutí,..),
- bolestivosti,
- zvýšené teploty,
- teplé, zarudlé a oteklé okolí operační rány,
- sekrece z operační rány.

Pokud by se některý z výše uvedených příznaků objevil, doporučujeme konzultaci na ambulanci Ortopedické kliniky Fakultní nemocnice Olomouc.

REŽIMOVÉ OPATŘENÍ PO OPERACI TOTÁLNÍ ENDOPROTÉZY KOLENNÍHO KLOUBU

Dodržení zásad: neklekat, nedělat dřepy, vyvarovat se poskokům, trhavým pohybům, dlouhému stání, dávání nohy přes nohu a tahání těžších břemen. Důležité je dodržovat doporučení lékaře na odlehčení operované končetiny pomocí podpažních a později francouzských berlí.

Dbejte zvýšené opatrnosti při chůzi na schodech (nespěchejte, neposkakujte, neohlížejte se,...). Chraňte se před pádem, doma odstraňte volně ležící předložky a rohožky a používejte kvalitní protiskluzovou obuv s pevnou patou. Pravidelně kontrolujte stav berlí a dodržujte doporučení o prevenci tromboembolické nemoci.

Průběh pooperačního období se u každého pacienta může lišit, s ohledem na věk nebo celkový zdravotní stav.

Po poradě s lékařem lze od 6 týdne řídit automobil a od 6 měsíce, co se týká sportování, doporučujeme lehký rekreační sport (plavání, jízdu na kole, méně náročnou turistiku). I po tomto období se musíte vyvarovat prudšího běhu, skoků, kontaktních sportů a činností, kde hrozí nekontrolovatelný pád. Dále se vyhýbejte kleku a dřepu. Jakékoli sportovní aktivity raději předem konzultujte s lékařem.



SPORTOVNÍ A POHYBOVÉ AKTIVITY

■ VHDNÉ:

- plavání (pouze kraulové nohy)
- cyklistika
- turistika a nordic walking po zpevněných, rovných cestách
- běžky
- tanec
- golf

■ NEVHDNÉ:

- tenis, squash
- bojové kontaktní sporty
- týmové sporty s míčem (fotbal, basketbal,..)
- sjezdové lyžování+ skoky
- horolezectví

Snažte se o zlepšení a udržení Vaší celkové kondice a zdravotního stavu. Hlídejte si svoji tělesnou hmotnost, neboť kolenní kloub je denně vystavován velkému zatížení, nese celou váhu našeho těla.

Přetěžování nebo obezita můžou proces opotřebení kolenní náhrady zrychlit a můžou způsobit uvolnění kolenní náhrady a bolesti. Při normálním zatěžování a aktivitě náhrada vydrží několik let.

Doporučujeme Vám absolvovat lékařské kontroly v pravidelných, lékařem určených, intervalech.

V případě cestování leteckou dopravou budete potřebovat Průkaz nositele implantátu. Ten si můžete vyžádat na ambulanci Ortopedické kliniky Fakultní nemocnice Olomouc. Jde pouze o informativní materiál, prohlídku na letišti podstoupit musíte.

Více informací o totální endoprotéze kolenního kloubu naleznete na:

ORTOPEDIE.FNOL.CZ



ZA ORTOPEDICKOU KLINIKU ZPRACOVALA:

Mgr. Jana Bitalová

ODBORNÝ DOHLED:

MUDr. Jiří Lošťák

MUDr. Tomáš Doubek

Mgr. Petra Poulíková

KONTAKT

Ortopedická klinika

Fakultní nemocnice Olomouc

I. P. Pavlova 185/6, 779 00 Olomouc

tel.: (+420) 588 443 388

e-mail: ortopedie@fnol.cz

www.fnol.cz



**FAKULTNÍ NEMOCNICE[®]
OLOMOUC**



PEČUJEME O VÁS UŽ OD ROKU 1896

Fm-L009-027-EM-108 (v1)