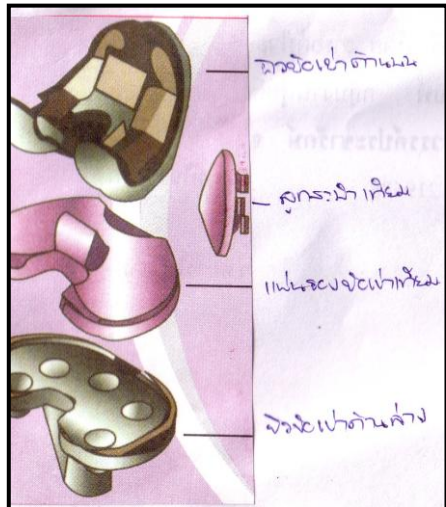


การปฏิบัติตัว สำหรับผู้ป่วย ผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม

การผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม คือ การผ่าตัดซ่อมแซมข้อเข่าที่เสื่อม โดยการเปลี่ยนผิวกระดูกอ่อนของข้อคลุมด้วยวัสดุที่เป็นเหล็กผสมไททาเนียม และโพลีเอทิลีนที่คงทนถาวร เพื่อบรรเทาอาการปวดข้อเข่า เข่าที่เคยโก่ง เก จะตรงเหมือนข้อเข่าในคนปกติ เข่ามีการเคลื่อนไหว งอได้อย่างน้อยถึง 90 องศา และเหยียดตรงได้

ข้อเข่าเทียมมีหลายชนิด แพทย์จะเป็นผู้เลือกใช้ข้อเข่าเทียมให้เหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละคน ซึ่งข้อเข่าเทียมมีอายุการใช้งานได้นานประมาณ 20 ปี ขึ้นอยู่กับการดูแลตนเอง



ควรทำผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียมเมื่อใด

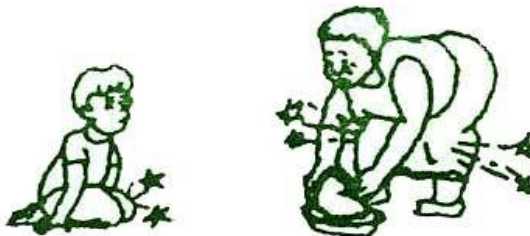
1. ข้อเข่ามีอาการปวดและบวม เดินไม่ได้ รักษาด้วยยาไม่ได้ผล
2. ผิวกระดูกอ่อนข้อเข่าถูกทำลาย ข้อเข่าเสื่อมเกิดจากขาดเลือดมาเลี้ยง
3. เคลื่อนไหวข้อเข่าได้น้อยลง งอเข่าได้ไม่เต็มที่เหยียดออกไม่ได้
4. เข่าโก่งหรือเก ขาสั้นกว่าอีกข้าง เดินกะเผลก

ข้อห้ามในการผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม

1. ข้อเข่าเคยติดเชื้อ
2. ขาข้างที่จะผ่าตัดขาไม่รู้สีก
3. คนที่อ้วนมาก ๆ
4. ผู้ป่วยไม่ให้ความร่วมมือ

ข้อดีของการผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม

1. บรรเทาอาการปวด
2. แก้ไขความพิการ
3. งอเหยียดเข่าได้มากขึ้น
4. เพิ่มความมั่นคงของข้อเข่า



ภาวะแทรกซ้อน

ภายหลังผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียม

1. ติดเชื้อแผลผ่าตัด
2. มีก้อนเลือดเล็ก ๆ อุดหลอดเลือด ถ้าเกิดในปอด สมอง และหัวใจ อาจเสียชีวิตได้
3. ข้อเข่าติดแข็ง เหยียดงอเข่าได้ไม่เต็มที่
4. กระดูกต้นขาหักเหนือรอยข้อเข่าเทียม
5. ข้อเข่าเทียมหลวม หลุด ลึกลับก่อนกำหนด



การดูแลตนเองหลังผ่าตัด

1. นอนยกขาบนหมอนสูงกว่าระดับหัวใจ เพื่อป้องกันขาบวม
2. งอเข่าและเหยียดขาตรงได้อย่างเต็มที่
3. เดินด้วยไม้ค้ำยันหรือคอกช่วยเดิน
4. ออกกำลังกายกล้ามเนื้อขาอย่างต่อเนื่อง อย่างน้อย 2 เดือน หลังผ่าตัด ดังนี้
 - เหยียดขาข้างที่ผ่าตัดตรง กระดกข้อ เท้าขึ้น กดเข่าลงกับที่นอน นับ ± 10
 - นอนหงายตั้งขาข้างที่ดีขึ้น แล้วยกขาข้างที่ผ่าตัดขึ้นสูงให้เข่าเหยียดตรง และยกลงอย่างช้า ๆ ทำ 10 ครั้ง
 - นั่งห้อยขาบนเตียงม้วนผ้าเล็ก ๆ รองใต้ขาข้างที่ผ่าตัด แล้วยกเข่าเหยียดขึ้นให้ตรงมากที่สุดค่อย ๆ วางขา

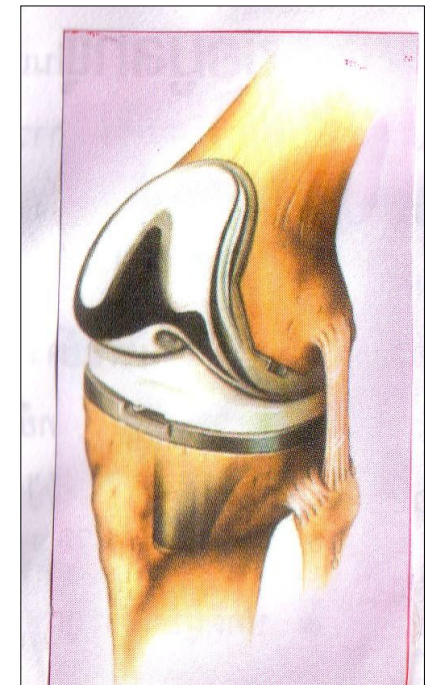


การปฏิบัติตัวเมื่อกลับไปอยู่บ้าน

1. สังเกตแผลผ่าตัดถ้ามีอาการปวด บวม แดง ร้อน และมีไข้ ให้รีบมาพบแพทย์
2. มาพบแพทย์ตามนัดทุกครั้ง
3. ออกกำลังกายให้แข็งแรงและพยายามงอเข่าให้ได้มากที่สุด
4. ควบคุมน้ำหนักไม่ให้มากเกินไป ห้ามนั่งพับเพียบ ขัดสมาธิ คุกเข่า
5. ใช้ส้วมชักโครก หรือเก้าอี้เจาะรูตรงกลางกรอบบริเวณส้วม
6. ไม่ควรเล่นกีฬาที่ใช้เข่ามาก ๆ เช่น แบดมินตัน เทนนิส หรือแบกของหนัก หรือเดินขึ้นในที่สูง ๆ
7. เมื่อจะถอนฟัน มีบาดแผล หรือมีการสอดใส่เครื่องมือทางการแพทย์ โดยเฉพาะ 2 - 3 ปี หลังผ่าตัดต้องแจ้งให้แพทย์ทราบเพื่อให้ยาปฏิชีวนะ
8. ต้องมาเอกซเรย์เข่าทุกปี และตรวจร่างกาย



การปฏิบัติตัว สำหรับ ผู้ป่วยผ่าตัดเปลี่ยน ข้อเข่าเทียม



เรียบเรียงโดย ... หอผู้ป่วยศัลยกรรมกระดูก

โทร 056 - 219888 ต่อ 1406

จัดพิมพ์โดย ... กลุ่มงานสุขศึกษา

โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ จ.นครสวรรค์

โทร 056 - 219888 ต่อ 5200, 9801