



# דף הסבר למטופל

לאחר החלפה חלקית/מלאה של מפרק הירך



מרכז רפואי  
מעניי הישועה

אמיני בילוצי. מקצוענים עם נאמה.

# דף הסבר למטופל

## לאחר החלפה חלקית/מלאה של מפרק הירך

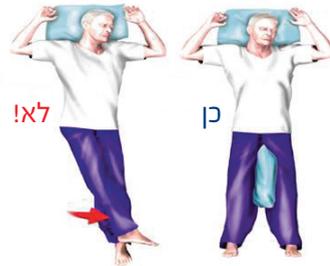
### מטופל/ת יקר/ה,

לצערנו נאלצת להתאשפז במחלקה האורתופדית עקב שבר בצוואר הירך. כרגע אתה מוטרד/ת וסובל/ת מכאבים. חשוב שתדעי/י שיש באפשרותך לבקש מהאח/ות המטפלת/ת תרופה להקלת הכאבים. זה עתה עברת ניתוח להחלפה חלקית/מלאה של מפרק הירך במטרה להחזיר את העצם למנח תקין ולהקל על כאבך. אנו מאחלים לך רפואה שלמה ומהירה! המפרק השלם או החלקי שהוכנס הוא מלאכותי, ויש להתייחס אליו בזהירות בחצי השנה הראשונה שלאחר הניתוח כדי למנוע פריקה של המפרק.

**יש מספר תנועות שאותן אסור לך לעשות ב- 6 שבועות הבאים:**  
כיפוף מעל 90 מעלות של מפרק הירך (לא לקרב את הברך לחזה ולהפוך).



אין להצמיד רגליים (יש לשמור על פיסוק).



אין לסובב את הירך פנימה (כאשר הניתוח הוא בגישה אחורית)  
אין לסובב את הירך החוצה (כאשר הניתוח בגישה קדמית)



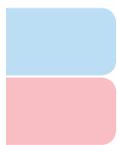
**כמו כן, מומלץ להקפיד על הכללים הבאים:**  
אין לעבוד מול התנגדות מעבר לכח הכובד, כלומר לא לעבוד עם משקולות.  
אין לדרוך על הרגל המנתחת ללא אמצעי עזר. אמצעי עזר יקבע על פי הוראת הרופא והפיזיותרפיסט, ובהתאם למצבו של החולה.

**לאחר ניתוח החלפת ירך, יש צורך להצטייד באביזרים הבאים:**  
אביזר עזר להליכה (הליכון, מקל וכו'), הגבהה לשירותים, הגבהה למיטה ולכסא, כסא רחצה מוגבה וכרית פיסוק. לפני השחרור תקבל מאיתנו רשימה של כל הציוד הנדרש לך בבית.

בדרך כלל, כבר ביום הראשון שלאחר הניתוח יגיע אליך פיזיותרפיסט/ית ע"מ לעזור לך לרדת מהמיטה. שכיבה ממושכת במיטה מזיקה, ועלולה לגרום לדלקות ריאה, פקקת ורידים עמוקה (DVT) דלקת בדרכי השתן, תסחיף ריאתי, פצעי לחץ ועוד.  
ביום הראשון ינתן טיפול והדרכה נשימתית, ומעבר לכורסא בעזרת ההליכון. כמו כן, יינתנו גם מס' תרגילים אותם תבצע בהדרכת ועזרת הפיזיותרפיסט, ולאחר מכן תתרגל באופן עצמאי במידת האפשר.

מהיום השני ואילך, תתחיל להלך בעזרת אביזר עזר שיותאם לך אישית, ותמשיך לבצע תרגילים ואף להעלות את רמתם. מטרת התרגול היא הפחתת כאבים, שימור ושיפור טווחי התנועה, חיזוק שרירים, הורדת נפיחות וחזרה לתפקוד הקודם שהיה לפני הניתוח.  
חשיבות התרגול היא רבה, אך אין צורך לסבול במהלך התרגול, ולכן ניתן ואף מומלץ לבקש מהצוות הרפואי משככי כאבים.

**חשוב לזכור!  
שיתוף הפעולה שלך הוא המפתח  
להצלחת השיקום ולקיצור משך השיקום!**



# המקצוענים לשירותך

בכל שאלה ניתן להתקשר לצוות הפיזיותרפיה  
במרכז הרפואי מעיני הישועה  
טל: 03-5771111



*מעני פילוסופיה. מקצוענים עם נאמה.*

לפרטים נוספים 03-577-1111 | רחוב הרב פוברסקי 17, בני ברק | [www.mymc.co.il](http://www.mymc.co.il)