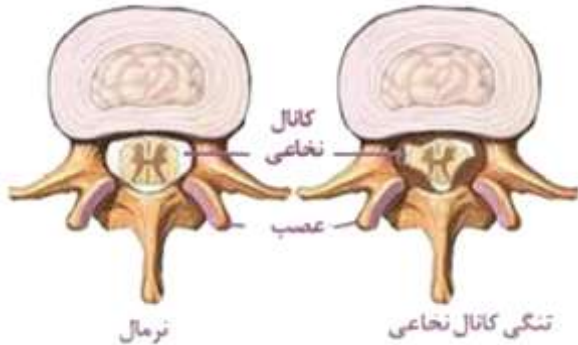


آموزش به بیمار

مراقبت بعد از جراحی تنگی کانال نخاعی



شناسه پمفلت آموزشی:

عنوان: مراقبت بعد از جراحی تنگی کانال نخاعی

تهیه کننده: آیدا چوپانی، لیلا طاهرانیپور

تایید کننده: دکتر عین اله علی پور

مراقبت بعد از جراحی تنگی کانال نخاعی

12- هر روز صبح و بعد از ظهر در اتاق چند دقیقه پیاده روی کنید. استفاده از واکر و عصا الزامی نیست. مگر آنکه عمل شما وسیع بوده باشد که در این صورت در هنگام ترخیص به شما گفته خواهد شد.

13- از کمر بند طبی نرم یا بدون فنر استفاده کنید.

14- داروهای خود را به صورت منظم استفاده کنید. تعدادی از داروهای شما به عنوان ضدالتهاب تجویز شده اند و به جلوگیری از چسبندگی های بعدی کمک می کنند. بنابراین حتی اگر درد هم نداشتید این داروها را قطع نکنید.

15- داروهای شما به تعداد لازم نسخه شده اند دقت کنید که داروها را به تعدادی که تجویز شده اند از داروخانه تحویل بگیرید. برخی از داروها قبل از روز ویزیت تمام خواهند شد تکرار آنها لازم نیست.

16- ممکن است در روزهای بعد از عمل دردهایی را شبیه به دردهای قبل از عمل حس کنید. نگران این دردها نباشید. اما اگر دردها شدید بودند و یا اینکه هر روز شدیدتر شدند با پزشک خود تماس بگیرید.

17- در صورت بروز هرگونه عارضه دارویی با پزشک خود تماس بگیرید.

تلفن: 02335225122 در صورت سوال میتوانید

با داخلی 2147-2137 تماس حاصل فرمایید

سایت بیمارستان ولایت دامغان

velayathos.semums.ac.ir

مراقبت بعد از جراحی تنگی کانال نخاعی

1- از زمان ترخیص تا زمانی که برای ویزیت شما تعیین شده است باید استراحت نسبی داشته باشید.

2- میتوانید به پشت به پهلوها و یا حتی روی شکم دراز بکشید.

3- در مدت استراحت و در همان حالت درازکش پاها را ورزش دهید برای اینکار باید پاها را از مچ، زانو و لگن خم و راست کنید.

4- برای جلوگیری از لخته شدن خون در پاها علاوه بر ورزش می توانید از ماساژ بخصوص در بانوان و آنان که وزن بالایی دارند استفاده کنید.

5- برای غذاخوردن یا دستشویی می توانید از بستر خارج شوید.

6- غذاخوردن و خواندن نماز باید در حالت نشسته باشد از صندلی هایی که پشتی مستقیم دارند استفاده کنید.

7- بیماران باید از توالت فرنگی استفاده کنند

8- هر روز پانسمان خود را تعویض کنید.

9- در صورتی که از پانسمان ضد آب استفاده می کنید از روز بعد از عمل می توانید استحمام کنید.

10- از روز چهارم بعد از عمل می توانید به شکل معمول استحمام کنید و شستشوی محل جراحی بلامانع است. اما پس از استحمام کاملاً محل عمل را خشک نموده و سپس پانسمان کنید. برای خشک کردن محل عمل از وسایل گرم کننده مانند ششوار استفاده نکنید.

11- بالا رفتن و پایین آمدن از پله ها بلامانع است اما سعی کنید یک پله بالا یا پایین بروید و از نرده کمک بگیرید. مگر آنکه عمل شما وسیع بوده باشد که در این صورت در هنگام ترخیص به شما گفته خواهد شد

مراقبت بعد از جراحی تنگی کانال نخاعی

تنگی کانال نخاعی یعنی کاهش فضایی که نخاع در آن وجود دارد و این کاهش فضا که باعث فشار به نخاع و ریشه های عصبی در کنار دیسک کمر و دیسک گردن می شود و بر اثر آن کمر درد و گردن درد ایجاد می شود.

دلایل تنگی کانال نخاعی

1- دیسک کمر و یا دیسک گردن در چندین سطح (معمولاً باید ما در 3 سطح یا بیشتر بیرون زدگی دیسک داشته باشیم)

2- آرتروز گردن یا آرتروز کمر باز هم در چندین سطح یعنی ما در چند عدد از مهره های سطوح فقرات آرتروز داریم و تیز شدگی های ناشی از آرتروز کانال نخاعی را تنگ کرده و روی ریشه های عصب فشار می آورد.

3 - در بعضی از افراد به طور مادر زادی کانال نخاعی تنگ است و کوچکترین تحریک دیسک کمر یا دیسک گردن یا حتی مراحل اولیه آرتروز گردن و آرتروز کمر موجب ایجاد تنگی کانال علامت دار می شود.

4 - شکستگی با لیز خوردگی مهره ها می تواند فاصله مجرای نخاعی را تنگ کند.

5 - ضخیم شدگی رباط های اطراف نخاع به علل گوناگون مانند طولانی نشستن و کار زیاد کشیدن

6 - تومورهای نخاع

علائم تنگی کانال نخاعی کمر

1 - کمر درد

مراقبت بعد از جراحی تنگی کانال نخاعی

1 - درد سوزشی در قسمت باسن و اندام های تحتانی، این احساس درد مبهم و سوزش بر اثر همان فشار ناشی از دیسک کمر یا دیسک گردن یا آرتروز آنها است که روی ریشه های عصبی خارج شده از کمر یا گردن وارد می شود.

2-مثلاً اگر عصبی که باید به پشت ساق پا میرفته و حس این ناحیه را تأمین کند تحت فشار ناشی از دیسک کمر یا آرتروز کمر قرار گیرد *درد و گرفتگی در پشت ساق ایجاد می شود.

3- احساس سوزن سوزن شدن و گزگز مور مور در لگن و ساق پا

4 - تحلیل عضلات ساق پا

5 - وقتی فشار ناشی از دیسک کمر و یا دیسک گردن یا آرتروز کمر یا آرتروز گردن به عصب بیشتر شود. عملکرد حرکتی عصب و بعد آن عضله هم دچار اختلال می گردد. امکان دارد بیمار نتواند مچ پایش را بالا بیاورد و موقع راه رفتن مانند حرکت اسب پایش را روی زمین بکشد.

6- از مهمترین علائم تنگی کانال نخاع ناشی از دیسک کمر و یا دیسک گردن یا آرتروز کمر یا آرتروز گردن کاهش درد در زمان خم شدن به جلو مانند حالت نشستن می باشد. در خم شدن به جلو فضای بین مهره ای باز شده و فشار روی عصب کاهش می یابد لذا علائم بیمار در این حالات کاهش می یابد.

مراقبت بعد از جراحی تنگی کانال نخاعی

7 - افزایش درد به هنگام پیاده روی

8- درد ساق پاها در تنگی کانال ناشی از دیسک کمر و یا آرتروز کمر شایع تر است.

9- معمولاً شدت درد به هنگام راست نگه داشتن بدن و خم شدن به سمت عقب افزایش می یابد.

10 - بی حسی و ضعف در دست ها

11 - تنگی کانال نخاعی در گردن عموماً به دلیل دیسک گردن یا آرتروز گردن می باشد و سبب ایجاد بی حسی، ضعف و سوزن شدن در آرنج یا دست ها و یا بازوها شود.

12- درد گردن یا شانه در صورتی که دیسک گردن یا آرتروز گردن بر اعصاب ناحیه ی گردن فشار ایجاد کند. درد گردن یا شانه حادث می شود. ولی تنگی کانال نخاعی گردنی بر خلاف تنگی کانال نخاعی کمری اغلب اوقات با دردی شدید همراه نیست.

13- ممکن است دیسک کمر روی نخاع فشار وارد شود و از دست دادن کنترل مثانه، روده و بی اختیاری ادراری ایجاد شود. 14 - حتی در موارد شدید تنگی کانال نخاعی کمر، اعصاب مثانه و روده ممکن است دچار اشکال شده و به بی اختیاری ادراری و یا مدفوعی منجر گردد.

توجه: دستوراتی را که ملاحظه می کنید دستورات عمومی است. ممکن است رعایت نکات دیگری برای شما لازم باشد که در آن صورت در هنگام ترخیص به شما گفته خواهد شد.