



Health  
South Eastern Sydney  
Local Health District

ARABIC

# استبدال الركبة بالكامل (TOTAL KNEE REPLACEMENT)

يحتوي هذا المنشور على معلومات عامة حول جراحة استبدال الركبة بالكامل. قد تود طرح المزيد من الأسئلة على طبيبك قبل الموافقة على العملية.

تم تحديثه في تشرين الأول/أكتوبر ٢٠١١

## الركبة: (The knee)

يتكون مفصل الركبة من ٣ عظام، وهو أكبر مفصل في الجسم. وهذه العظام هي:

- الجزء العلوي من عظمة الظنوب (وتسمى القصبية)
- الجزء السفلي من عظمة الفخذ
- عظمة رأس الركبة (الرضفة)



Femur: عظمة الفخذ

Patella: الرضفة (عظمة رأس الركبة)

Tibia (shin bone): عظمة الظنوب (عظمة القصبية)

أطراف هذه العظام محاطة بغضاريف، والعظام مثبتة في أماكنها بواسطة أربطة وأوتار (أنسجة قوية تشبه الأوتار).

التهاب المفصل العظمي هو السبب الأكثر شيوعاً لاستبدال مفصل الركبة. مع الوقت، يتآكل الغضروف على سطح العظم داخل المفاصل فتصبح أطراف العظام خشنة أو مشوهة. وينتج عن ذلك احتكاك العظم ببعضه مما يسبب الألم ويقيّد الحركة. تعجز الركبة عن الالتواء بسلاسة وقد يصبح المشي صعباً.

في جراحة استبدال الركبة يتم استبدال الأسطح المتآكلة من مفصل الركبة. وقد تتطلب العملية إما استبدال جزئي أو كامل لمفصل الركبة. ويعود قرار إجراء استبدال جزئي أو كامل لمفصل الركبة إلى الطبيب.

وتشمل بعض الأسباب الأكثر شيوعاً للحاجة لاستبدال الركبة ما يلي:

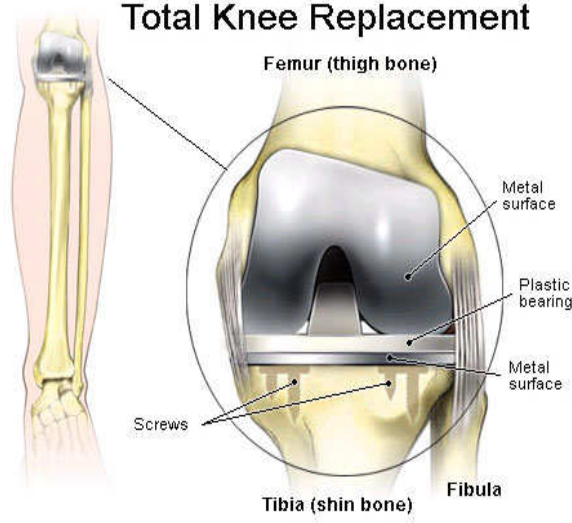
- تخفيف الألم
- زيادة قدرة الركبة على الالتواء
- تصحيح تشوّه
- إصلاح ركبة مصابة
- تحسين القدرة على الحركة والثبات

هناك أنواع مختلفة من مفاصل الركبة التي يتم استبدالها بالكامل. سوف يختار طبيبك النوع الأكثر ملاءمة بالنسبة لك.

الأجزاء الثلاثة الرئيسية لاستبدال الركبة هي:

- القسم العلوي (عظمة الفخذ)
- القسم السفلي (عظمة القصبية)
- قسم رأس الركبة

سيؤكد الطبيب من حصولك على حجم الأجزاء المناسب لما تحتاجه.



**Total Knee Replacement: استبدال الركبة بالكامل**  
**Femur: عظمة الفخذ**  
**Metal surface: سطح معدني**  
**Plastic bearing: وصلة ارتكاز بلاستيكية**  
**Fibula: عظم الشظية**  
**Tibia (shin bone): عظمة الظنوب (عظمة القصبية)**  
**Screws: براغي**

ما الذي ينبغي علي فعله للتحضير لعملية استبدال الركبة التي سأخضع لها؟  
**(What should I do to prepare for my knee replacement operation?)**

في الليلة التي تسبق العملية:

- عليك الاستحمام بصابون مطهر
- لا تأكل أو تشرب. ستحصل على تعليمات من عيادة تحضير المرضى لدخول المستشفى حول الأكل والشرب.
- يرجى عدم حلاقة الركبة.
- عليك محاولة استخدام المراض وقضاء حاجتك، فالإمساك قد يسبب مشكلة بعد العملية.
- إزالة طلاء الأظافر.

ما الذي سيحصل في اليوم الذي أخضع فيه للعملية؟  
**(What will happen to me on the day of my operation?)**

قبل عمليتك:

- استحم بصابون مطهر قبل القدوم إلى المستشفى
- يرجى اتباع التعليمات التي تعطى لك في عيادة تحضير المرضى لدخول المستشفى حول الأدوية.
- سوف يتم إدخالك المستشفى.
- ستقابلك إحدى الممرضات.
- سيطلب منك استبدال ملابسك برداء من المستشفى. سيتوجب عليك إزالة أية مساحيق تجميل، حلي أو طلاء أظافر.
- سيقابلك الطبيب الذي سيقوم بتخديرك. سيحدثك طبيب التخدير عن التخدير الذي ستخضع له.
- سيقابلك طبيب تقويم العظام.

## بعد عمليتك: (After your operation)

بعد عمليتك سيتم نقلك إلى جناح الإنعاش. سيتم إعطاؤك الأوكسجين من خلال قناع . وقد تعطى أيضاً:

- أنبوب وريدي (أنبوب حقن السوائل) في ذراعك لإمدادك بالسوائل ومسكنات الألم والمضادات الحيوية.
- أنبوب بلاستيكي صغير مؤقت (أنبوب تصريف) في ركبتيك لإزالة أية سوائل زائدة من الجرح. وقد يكون بالإمكان إعادة أي دم تخسره من خلال أنبوب التصريف هذا إلى جسمك من خلال أنبوب حقن السوائل الموجود في ذراعك.
- أنبوب بلاستيكي صغير مؤقت يسمى قسطرة لتصريف أي بول من مثانتك.

تبقى عادة في جناح الإنعاش لما يقارب الساعة قبل أن يتم نقلك إلى أحد أجنحة المستشفى.

## أثناء وجودك في الجناح: (When you are on the ward)

- ستكشف عليك الممرضات بشكل منتظم.
- ستعطى مضادات حيوية عبر الوريد عادة لمدة ٢٤ ساعة.
- ستعطى جوارب ضاغطة لتلبسها لمنع حصول أي جلطات دموية في ساقيك.
- سيكون بإمكانك الجلوس خارج السرير بعد عمليتك. سيقوم المعالجون الفيزيائيون أو الممرضات بمساعدتك.
- سيتم حثك على ممارسة تمارين التنفس العميق والسعال لمنع التعرض للتهابات صدرية.
- سيتم حثك على القيام بتمارين للكاحل والقدم.
- قد يدخل طبيبك أنبوب قسطرة صغير في ركبتيك أثناء إجراء العملية. سيقوم الموظفون بحقن مخدر موضعي وأدوية مضادة للالتهاب في مفصل ركبتيك لتخفيف الألم.

## ما الذي سأتمكن من القيام به في اليوم الأول بعد خضوعي للعملية؟ (What will I be able to do on the first day after my operation?)

- سيتم غسلك في السرير أو قد تحصل على المساعدة لتستحم.
- قد تعطى أدوية لزيادة سيولة الدم لمنع تعرضك للجلطات الدموية. ستتناول هذه الأدوية طيلة مدة بقائك في المستشفى. وقد تحتاج إلى تناول الأدوية في المنزل لمدة تصل إلى ١٤ يوم بعد عمليتك. ستعلمك الممرضات أنت أو أحد أقربائك أو أصدقائك على إعطاء الأدوية. قد ترتب الممرضات أيضاً حضور ممرضة مجتمعية لإعطائك الأدوية.
- يتم إعطاؤك عادة شراباً وأدوية لمنع الإمساك. سيتم حثك على تناول أدوية منع الإمساك طيلة مدة بقائك في المستشفى.
- سنتم إزالة أنبوب التصريف من جرحك كما سيتم تبديل الضمادة. عادة ما تكون الضمادة شفافة ومضادة للماء. يمكنك الاستحمام مع وجود الضمادة.
- سنتم عادة إزالة أنبوب حقن السوائل، وستعطى أدوية مسكنة للألم.
- قد يتم إعطاؤك كمادة تليج لتساعدك في تخفيف الألم.
- قد تحتاج إلى نقل دم. سيحدثك الطبيب عن ذلك إذا لزم الأمر.
- سنتهض من السرير لممارسة التمارين مع المعالج الفيزيائي. سيساعدك المعالج الفيزيائي على القيام بتمارين للكاحل والركبتين وتمارين التنفس العميق. من الضروري جداً ممارسة هذه التمارين بانتظام.
- سوف تتم إزالة أنبوب قسطرة البول (إذا كان لديك واحد).

ما الذي سيكون بإمكانني فعله بعد مرور يومين على عمليتي؟  
(What will I be able to do two days after my operation?)

- أثناء بقائك في المستشفى ستستحم في الصباح.
- ستبدأ بالمشي مع المعالج الفيزيائي باستخدام الإطار المساعد على المشي.
- سيتم تشجيعك على الاعتناء بنفسك قدر الإمكان للمساعدة في عودتك إلى المنزل بسرعة أكبر. يمكن للممرضات مساعدتك إذا لزم الأمر.
- سيقوم المعالج الوظيفي بتعليمك كيفية الاعتناء بنفسك. وقد يعلمك المعالج الوظيفي كيف:
  - تستحم مستخدماً معدات خاصة، مثل استخدام الكرسي أو الدوش المحمول باليد.
  - ارتداء ملابسك، بما في ذلك الأحذية والجوارب.
  - التحرك في السرير.
  - استخدام المراحيض.
  - الجلوس على الكراسي والنهوض منها.

ما الذي سيحصل لي بعد مغادرتي المستشفى؟  
(What will happen to me when I leave the hospital?)

- من الضروري أن يكون هناك شخص متوفر ليعيدك إلى المنزل.
- ستعطى معلومات حول مواعيد لاحقة، وتعليمات حول العناية بالجرح وأدوية للمنزل.

التخطيط لمغادرة المستشفى والعودة إلى المنزل  
(Planning for discharge from hospital to home)

ننصحك، قبل الخضوع للعملية، على التخطيط لمغادرة المستشفى. ينبغي أن تفكر في كيفية الاعتناء بنفسك بعد عودتك إلى المنزل. فكر مثلاً في تحضير الوجبات وحفظها في الثلاجة.

يتوفر في المستشفى عاملة اجتماعية لمساعدتك في التخطيط للرعاية المنزلية إذا كنت تعتقد أنك ستحتاج للمساعدة. يرجى التحدث إلى الموظفين في قسم قبول المرضى إذا كنت تعتقد أنك ستحتاج للمساعدة وتود التحدث إلى العاملة الاجتماعية.

تم إعداده من قبل: قسم جراحة العظام في مستشفى Sutherland (Sutherland Hospital).