



فتق دیسک کمر

مرکز آموزشی درمانی آیت اله کاشانی شهرکرد

آدرس: شهرکرد - خیابان پرستار ۹-۳۲۲۶۴۸۲۵-۳۸

Kashanihp.skums.ac.ir

واحد آموزش به بیمار

کد: PE/NSUR -KH-01-20

پایین آمده و راه بروید. ولی تا مدت دو ماه لازم است از رانندگی و نشستن طولانی مدت پرهیز نمایید و برای اجابت مزاج، از توالت فرنگی استفاده نمایید.

*مدت لازم برای استفاده از داروها آنتی بیوتیک ۴۸ ساعت بعد از عمل است. پس بدون تجویز از مصرف اینگونه داروها خودداری نمایید.

*برخی از بخیه ها خود به خود جذب شده و نیاز به کشیده شدن ندارند. اما برخی دیگر قابلیت جذب شدن را ندارند و باید بعد از مدت معینی کشیده شوند. توصیه میشود در صورت نیاز به کشیدن بخیه ها 2 هفته بعد از عمل جراحی به پزشک خود مراجعه کنید.

*معمولا انجام فیزیوتراپی در جراحی دیسک کمر یک ماه بعد از عمل، طبق صلاحدید پزشک معالج انجام میشود. لطفا 1 ماه بعد از عمل جراحی به پزشک خود مراجعه کنید تا نیاز به تجویز فیزیوتراپی توسط ایشان برای شما مشخص شود.

عوارض احتمالی جراحی دیسک کمر:

- عفونت

- احتمال آسیب به عصب

- عدم تسکین درد پشت و اندام تحتانی

- پارگی پرده نخاع

نکته: عوارض ناشی از عمل دیسک کمر بسیار اندک است.

بعد از عمل جراحی چه اقداماتی باید انجام دهید؟ (در بیماران بدون پلاتین)

*تا مدت یک ماه از زمان عمل جراحی، کمر بند کشی فرتدار باید استفاده شود. در زمان دراز کشیدن و خوابیدن نیاز به استفاده از کمر بند نیست و میتوانید باز کنید.

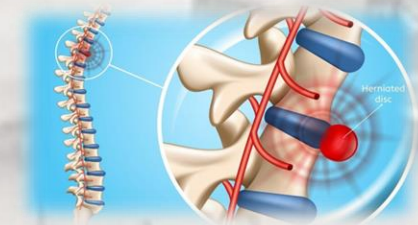
*تا 5 روز استحمام نکنید تا آب با زخم محل جراحی تماس پیدا نکند.

*پانسمان محل عمل جراحی را هر دو روز یک بار برای مراجعه به درمانگاه ها نزدیک محل سکونت، تعویض کنید. پس از 7 تا 11 روز زخم محل جراحی خشک خواهد شد و دیگر نیاز به تعویض پانسمان ندارد.

* * بلافاصله بعد از عمل میتوانید در حالت دراز کش به پهلوها بچرخید و بعد از یک روز استراحت، از تخت

آیا میدانید فتق دیسک کمر چیست؟

مهره ها به وسیله صفحات انعطاف پذیر به نام دیسک از یکدیگر جدا میشوند و چنانچه بنا به دلایلی، دیسک از ناحیه پشتی آن دچار بیرون زدگی شود، فتق نامیده میشود.



علائم فتق دیسک کمر چیست؟

*ضعف اندام تحتانی

*درد منتشر شده به اندام تحتانی و گزگز و مور شدن در اندام تحتانی

*گرفتگی مکرر عضلات

*لاغر شدن عضلات در اندام تحتانی، احساس درد در ناحیه کمر، باسن، پشت پا و اندام تحتانی

*در موارد شدیدتر، اختلال در کنترل مدفوع، ادرار و فعالیت جنسی نیز دیده میشود.

عوامل خطر آفرین فتق دیسک کمر چیست؟

سن :افزایش سن معمولاً با اختلال در ساختار و عملکرد طبیعی دیسک کمر همراه است.

چاقی :افزایش وزن باعث افزایش فشار بر ستون مهره ها و دیسک کمر میشود .شغل :در مشاغلی که انجام حرکات شدید فیزیکی اجتناب ناپذیر است، بر دیسک مهره ها کمر فشار زیاد وارد میشود. فعالیت هایی مثل کشیدن اجسام سنگین، فشار دادن اجسام سنگین، چرخاندن اجسام سنگین و بلند کردن اجسام سنگین.

فعالیت بدنی کم :افراد که فعالیت بدنی چندانی ندارند، در معرض ابتلا به کمر درد و فتق دیسک کمرند .ژنتیک :امروزه ثابت شده است که تا ۷۴% موارد فتق دیسک کمر میتواند نتیجه اختلالات ژنتیکی باشد.

دیسک کمر چگونه درمان میشود؟

درمان طبی و درمان جراحی

*در درمان طبی به بیمار توصیه می شود:

-استراحت نسبی داشته باشد.

-از رانندگی پرهیز کند.

-از داروها تجویز شده توسط پزشک به صورت منظم استفاده کند.

-از خم و راست شدن و برداشتن اشیا سنگین پرهیزد.

در چه شرایطی درمان جراحی ضروری است؟

*زمانی که بزرگی فتق باعث ضعف یا فلج اندام ها تحتانی و بی اختیار در دفع ادرار و مدفوع میشود.

* زمانی که ضعف در اندام تحتانی زیاد نیست، اما به تدریج بر شدت آن افزوده میشود. درمان جراحی ضرورت پیدا میکند.

* اگر ۴ تا ۶ هفته از درمان طبی دیسک کمر بگذرد و بیمار همچنان از درد شدید به خصوص در ناحیه پاها رنج ببرد یا یک فلج خفیف اما پایدار در اندام تحتانی احساس شود، به طور که بیمار نتواند فعالیت های روزمره خود را به خوبی انجام دهد، جراحی توصیه میشود.

درمان جراحی دیسک کمر:

در جراحی دیسک کمر، فتق دیسک از درون کانال نخاعی برداشته میشود و در موارد خاص و نادر عمل دیسک کمر، ممکن است جایگذاری وسیله نیاز باشد.