

انخلاع الورك البديلي - الخلفي

كيف نفهم انخلاع الورك

مفصل الورك هو مفصل كروي حقي. تكون الكرة الموجودة في أعلى عظم الفخذ (الساق العلوية) متراكبة داخل تجويف يسمّى الحق الحرقفي. ويحيط بالكرة والحق غلاف من نسيج طري يسمّى كبسولة المفصل، وهي تساعد على إبقاء رأس عظم الفخذ في الحق الحرقفي.

اعرف الحقائق

- إذا حدثت انخلاعات متعدّدة فقد يلزم إجراء عملية جراحية
- يشعر البعض بشيء يصعد وينزل في وركهم قبل الانخلاع
- على بعض المرضى لبس Zimmer أو جبيرة ركبة أخرى على ساقهم، ما يمنع ركبتهم عن الحركة.

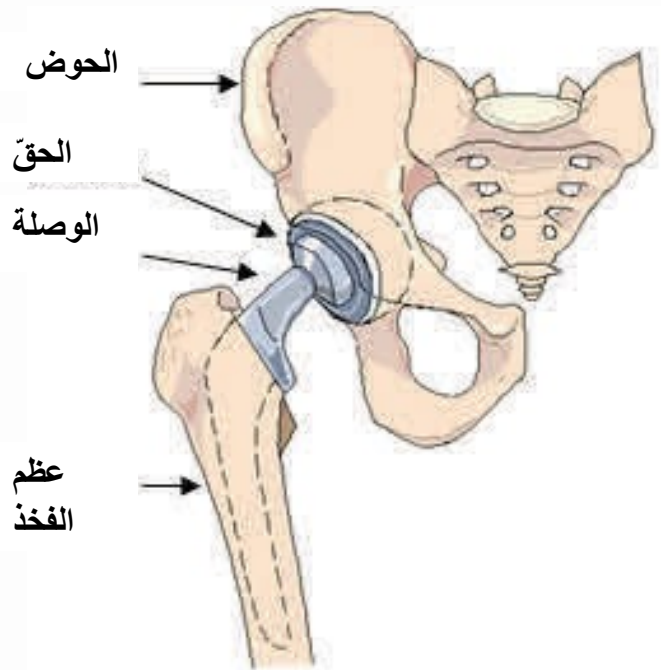
نصائح عملية لمساعدتك على الشفاء

بعد عملية تصحيح الورك، يُعاد تصوير الورك بالأشعة السينية للتأكد من أنه في الموضع الصحيح.

متى تعافيت من الأدوية التي أعطيت لتثبيك لإجراء عملية تصحيح وضع الورك، قد تكون جاهزاً لإخراجك من المستشفى للعودة إلى المنزل.

من الطبيعي أن يشعر أيّ كان بالخوف عند المشي لأول مرة بعد عملية تصحيح وضع الورك. سيساعدك معالج فيزيائي على الحركة استعداداً لخروجك من المستشفى.

لا يحتاج معظم المرضى لأجهزة مساعدة على المشي ويجدون أن الألم الذي كان لديهم قد تلاشى. إذا لم يكن الأمر كذلك سيتم إدخالك إلى المستشفى.



سيحدث الانخلاع لما يصل إلى 7% من الأشخاص الذين أجريت لهم عملية إبدال ورك كامل، وهو رقم أخذ في التناقص باستمرار بفضل التقدّم الحاصل في هذه العملية. ويحدث 50% من الانخلاعات خلال أول 12 شهراً من العملية الجراحية، ويتعرّض 50% من هؤلاء المرضى إلى انخلاعات أخرى.

خلال عملية إبدال الورك يتم فتح كبسولة المفصل، ما يعرّض الورك لإمكانية الانخلاع، خصوصاً عندما يتعرّض الورك لأوضاع صعبة.

انخلاع الورك البديلي - الخلفي



نصائح عملية لمساعدتك في المنزل

القوام:

الجلوس – تأكد من أن وضع وركك دائماً أعلى من ركبتك. استخدم مقعداً مرتفعاً أو اطو بساطاً لرفع مستوى المقعد. ويمكن استخدام منصّة تحت الكرسي أو الكنبه للمساعدة على زيادة ارتفاعك. تكون مقاعد السيارة منخفضة في الغالب، لذا تأكد من ذلك قبل الركوب في السيارة. وعند الجلوس، لا تمل إلى الأمام لأن وركك سينحني بدرجة أكبر من 80 درجة من أقلّ الحركة.

النوم – عند النوم على ظهرك، ضع وسادة بين ساقيك لمنعهما من الانتقال إلى الجهة الأخرى أو الميل للداخل.

معلومات للمنزل:

الحمام – يمكن لوسيلة توضع فوق المراض أن تزيد من ارتفاع كرسي المراض لتجنّب ثني وركك كثيراً عندما تجلس.

الأثاث – تجنّب وضع أشياء في أسفل درج في الخزانات، فهذا سيجنّبك الانحناء كثيراً. تُعتبر اللاقطة أداة مفيدة تستخدمها لالتقاط الأشياء من الأرض.

احتياطات للورك

- لا تدر أصابع قدميك إلى الداخل
- لا تضع ساق على أخرى
- لا تحن الساق التي أجريت عليها العملية أكثر من 80 درجة.

متابعة العلاج

- يجب أن يقوم طبيب العظام بفحص وركك بعد أسبوع أو أسبوعين. ويستطيع طبيب الطوارئ اقتراح متابعة تبعاً لظروفك.
- يمكن ترتيب موضوع العلاج الفيزيائي بواسطة خدمات خاصة أو خدمات المستشفى تبعاً للمنطقة التي تعيش فيها.

طلب المساعدة:

في حال وجود طارئ طبي توجّه إلى أقرب قسم للطوارئ أو اتصل على الرقم 000.



Emergency
Care Institute
NEW SOUTH WALES