



# آرتروسکوپی شانه



تهیه کننده: واحد آموزش

تأیید کننده: مدیر گروه ارتوپدی

تاریخ تدوین: 1393/2/12

تاریخ آخرین بازنگری: 1401/6/1

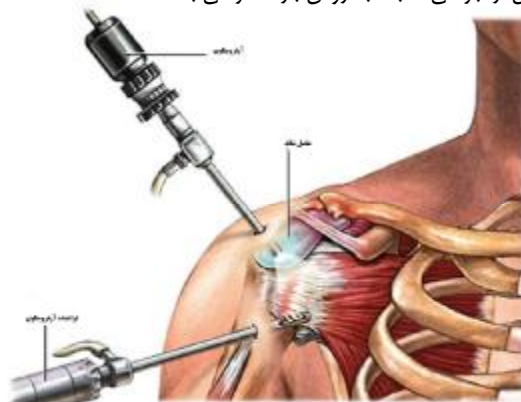
تاریخ بازنگری بعدی: 1405/6/1

ویرایش: 02

کد: ATH-ED/ED – 57

**آرتروسکوپی مفصل شانه برای درمان بیماریهای تاندونی، لیگامانی (رباط)، غضروفی، گاهی اوقات استخوانی مفصل شانه استفاده می شود.**

در این جراحی با تعبیه چند ورودی کوچک در اطراف مفصل شانه جراحی با دستگاه و به طور بسته انجام می شود. با این روش حداقل میزان آسیب به مفصل وارد می گردد و نتایج درخشانی دارد. دررفتگی های مکرر مفصل - پارگی تاندونها - ناپایداری مفصل را می توان با این روش درمان نمود. زمان بهبودی نسبت به جراحی باز سریع تر می باشد. مدت بی حرکتی مفصل پس از جراحی بسته به نظر جراح از دو هفته تا شش هفته متغیر است. درد پس از جراحی نسبت به روش باز کمتر می باشد.



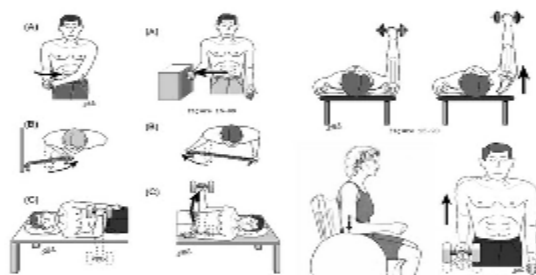
**بعد از عمل جراحی ترمیم تاندونهای شانه به روش آرتروسکوپی مراقبت های بعد از عمل شامل رعایت نکات زیر است:**

- 1- بريس زیر بغل یا گردن آویز را به طور دائم (24 ساعته) باید داشته باشید (درموارد خاص پزشک معالج ممکن است اجازه باز کردن بريس را برای انجام تمرینات حرکتی به شما بدهد) طول مدت استفاده از بريس یا گردن آویز را پزشک معالج برای شما تعیین خواهد نمود.
- 2- به هنگام استحمام و دستشویی می توانید بريس زیر بغل یا گردن آویز را باز کنید و بدون این که شانه عمل شده را حرکت دهید شستشو را انجام دهید. توجه داشته باشید بعد از اتمام کار دقیقاً به همان شکل بريس را مجدداً ببندید.



- 3- پانسمان‌هایی که روی محل زخم‌ها گذاشته شده معمولاً ضد آب بوده و از همین امروز می‌توانید با آن‌ها استحمام کنید. در ضمن تا مراجعه بعدی (7 تا 10 روز بعد) ممکن است نیاز به تعویض پانسمان نداشته باشید و یا طبق دستور در 2-3 نوبت تعویض گردد.
- 4- ممکن است در روزهای بعد دچار تورم منطقه دست و انگشتان و یا کبودی در ناحیه بازو شوید که کاملاً طبیعی بوده و جای نگرانی ندارد.
- 5- شب‌ها ممکن است احساس درد در ناحیه عمل داشته باشید که کمپرس سرد و در صورت نیاز مصرف مسکن تجویز شده باعث کاهش درد خواهد شد.
- 6- خوابیدن با بریس زیر بغل کمی مشکل است ولی شب‌ها نیز باید بریس بسته باشد. گذاشتن دو عدد بالش زیر سر باعث می‌شود راحت‌تر بخوابید.
- 7- طرز خوابیدن به صورت طاق باز و یا روی شانه مقابل است زیرا روی شانه عمل شده نمی‌توانید بخوابید.
- 8- استفاده از دست جهت انجام کارهای سبک مانند نوشتن، کار با کامپیوتر یا جابجایی اجسام سبک بالامانع است.
- 9- رانندگی با یک دست توصیه نمی‌شود.
- 10- هر اقدام جراحی ممکن است با عوارضی همراه باشد که عوارض آرتروسکوپی به ندرت شامل عفونت، خونریزی داخل مفصلی، اختلال عصبی عروقی، ترومبوفلیت (تشکیل لخته در سیاهرگ‌ها)، سفتی مفصل، تجمع مایع در مفصل، چسبندگی و تاخیر در التیام زخم است. لذا در صورت بروز علائم به پزشک خود اطلاع دهید.
- 11- در صورت تجویز دارو توسط پزشک معالج آن را به موقع مصرف کنید و در تاریخ مقرر جهت ویزیت بعدی مراجعه نمایید.
- 12- انجام فعالیت‌های بدنی و ورزش‌های لازم برای مفصل شانه را طبق دستور پزشک معالج شروع کنید.

#### ورزشهای تقویت عضلات اطراف مفصل شانه





طراحی و چاپ: روابط عمومی بیمارستان آتیه  
آدرس بیمارستان: تهران، شهرک غرب، تقاطع بلوار فرحزادی و شهید دادمان  
تلفن بیمارستان: 82721  
فاکس بیمارستان: 88086095  
سایت بیمارستان: [www.atiehhospital.ir](http://www.atiehhospital.ir)