

HTO



High Tibial Osteotomy

جراحی پای پرانتری

کد: TE-PA-119



بیمارستان پارسیان شهرکرد

038-3150

شهرکرد-جاده دانشگاه آزاد-منظریه

Parsianhospital-shk.ir

پای پرانتری وضعیتی است که در آن پاهای فرد به سمت بیرون خم می شوند؛ یعنی، حتی زمانی که قوزک پاها کنار هم قرار می گیرند، زانوها از هم فاصله دارند. پای پرانتری گاهی می تواند نشانه ای از بیماری زمینه ای از قبیل بیماری بلانت یا نرمی استخوان باشد و ممکن است منجر به آرتروز زانوها و مفصل لگن (هیپ) شود. گزینه های درمانی شامل بریس ها، قالب ها یا جراحی پای پرانتری به منظور اصلاح این ناهنجاری های استخوانی هستند.

جراحی پای پرانتری

شایعترین نوع جراحی که برای درمان پای پرانتری (بدون استئوآرتریت)، به ویژه در جوانان استفاده می شود، استئوتومی بالای تیبیا است. در این عمل جراحی، با برش درون استخوان و شکل دهی مجدد به آن، تیبیا هم تراز می شود. با این کار، فشار از زانو برداشته می شود. با این حال، اگر پای پرانتری دارید، جراحی اصلاحی زانو، همچنین می تواند به پیشگیری، یا حداقل به تأخیرانداختن نیاز به جراحی تعویض مفصل زانو در آینده کمک کند.

پس از عمل استئوتومی بالای تیبیا، قبل از اینکه به فعالیت عادی روزمره خود بازگردید، باید سه تا هشت ماه صبر کنید.



علت به وجود آمدن پای پرانتری

عارضه نرمی استخوان یا راشیتیسم

ساییدگی به دلیل آسیب به مفصل زانو

آرتروز

اگر پاهای پرانتری به موقع درمان نشوند، این مشکل روی مفاصل اطراف زانو، رباط ها و تاندونها فشار وارد می کند و باعث درد زانو می شوند.

مزایای عمل جراحی پای پرانتری یا استئوتومی چیست؟

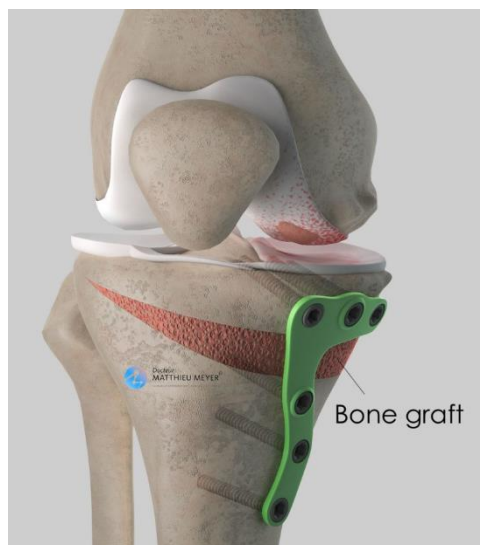
- جراحی اصلاحی زانو، از تخریب بیشتر غضروف مفصلی فرد جلوگیری می کند.
- جراحی اصلاحی زانو باعث اصلاح شکل ظاهری زانو خواهد شد.
- افرادی که به پادرد و زانو درد شدید ناشی از پای پرانتری دچار می شوند، مطمئن باشند که با جراحی استئوتومی، شاهد کاهش درد پاهایشان خواهند بود.
- با انجام جراحی استئوتومی، دیگر تا چندسال نیازی به تعویض کامل مفصل زانو نخواهد بود.
- جراحی استئوتومی، یکی از جدیدترین روشهای درمان پای پرانتری در دنیا است که افراد در سرتاسر دنیا از آن برای اصلاح فرم و وضعیت پاهایشان استفاده می کنند

فردای روز عمل جراحیتان، شما می توانید با عصا یا واکر بدون اینکه وزنتان را روی پاهایتان بیندازید راه بروید. می توانید روی تخت بنشینید و حتی پاهایتان را از تخت آویزان کنید. نکته مهم این است که به هیچ عنوان روی پاهایتان فشار وارد نکنید.

تغذیه بعد از جراحی پاهای پرانتری

تغذیه مناسب نقش مهمی در روند بهبودی و بهبودی پس از جراحی بریس پا دارد. مهم است که مواد مغذی لازم را برای حمایت از ترمیم بافت، کاهش التهاب و ارتقای سلامت کلی بدن خود تامین کنید:

- میوه ها و سبزیجات
- آووکادو و روغن زیتون
- غذاهای غنی از پروتئین مانند گوشت بدون چربی، مرغ، ماهی، تخم مرغ
- غذاهای غنی از ویتامین C، ویتامین A، روی و کلسیم
- مرکبات
- محصولات لبنی
- آجیل و دانه ها
- مقدار کافی آب بنوشید تا هیدراته بمانید.
- غذاهایی با خواص ضد التهابی



مراقبت های لازم پس از عمل جراحی پای پرانتری

- برای طولانی مدت استراحت نکنید و پاهایتان را بی حرکت نگذارید!
- هر زمان حس کردید پاهای شما بی حس شده است، مچ پا را حرکت دهید و عضلات ران را منقبض کنید.
- روزهای اول بعد از عمل جراحی، داروهای ضد انعقاد خون و ضد درد را حتما استفاده کنید و اگر درد داشتید، فقط مسکنهای ساده مانند استامینوفن مصرف کنید.
- زانوهای خود را در وضعیت مستقیم قرار دهید. اگر می خواهید خونریزی و درد کمتری داشته باشید، پاها را مقداری بالاتر از سطح قلبتان قرار دهید. برای کاهش کبودی و خون مردگی در ساق هم می توانید از کیسه یخ در محل جراحی کمک بگیرید.
- بعد از 3 روز به حمام بروید؛ اما روی زخم را اصلا خیس نکنید!
- 1 الی 2 ماه از رانندگی کردن و فعالیتهای سنگین دوری کنید.
- درباره نوع فعالیتهای، چگونگی خم و راست کردن زانوها و... با پزشک جراح تان مشورت کنید.

عمل اصلاح پای پرانتری برای درمان چه افرادی تجویز می شود؟

- جراحی اصلاح زانوی پرانتری معمولاً برای بیماران جوان تر تجویز می شود که شرایط زیر را داشته باشند:
- وزن بیمار مناسب باشد و دچار اضافه وزن شدید یا کمبود وزن نباشد.
- سن بیمار زیر 60 سال باشد.
- بیماری هایی مثل آرتريت روماتوئید یا سایر بیماریهای روماتیسمی در فرد موردنظر وجود نداشته باشد.
- فرد فقط در یک سمت زانو درد داشته باشد.
- زانو درد و پادرد در فرد به صورتی باشد که با ایستادن و فعالیت یا راه رفتن زیاد، بیشتر شود.
- زانوهای شخص موردنظر، دامنه حرکتی مناسبی داشته باشد و حداقل تا 90 درجه خم شود.

به همین دلیل است که تجویز عمل جراحی برای افراد مبتلا به پاهای پرانتری، فقط باید توسط پزشک متخصص ارتوپدی انجام شود.

