



Для сведения пациентов

Ортопедическое отделение



После ортопедической операции

Пожалуйста, прочтите эту информацию до того, как уйти домой. Здесь собрана информация о диете, гигиене, уходе за раной и о том, на что нужно обращать внимание, когда вы окажетесь дома. Обратитесь к своему врачу или медсестре с любыми возникшими у вас вопросами.

Позвоните, если у вас будет наблюдаться одно из следующих состояний:

- Температура выше 101 °F;
- Откроется рана;
- Выделения из раны;
- Покрасневшая, болезненная рана;
- Увеличится отёк руки или ноги;
- Онемение, покалывание и/или потеря функции руки или ноги;
- Усиление боли, от которой не помогают обезболивающие средства;
- Какие-либо симптомы, которые вы полностью не понимаете.

При болях в груди или одышке звоните по телефону 911.

Гигиена

После того, как вам снимут швы/скрепки, вы можете принимать душ, не закрывая послеоперационную рану.

В течение 2 недель после того, как вам снимут швы/скрепки, не погружайте послеоперационную рану в воду (например, в ванну).

Уход за раной

Если вам не сняли швы/скрепки до того, как вы выписались из больницы, то хирург снимет их во время вашего первого послеоперационного посещения клиники.

Каждый день осматривайте рану и обратите внимание на следующее:

- закрылись ли края раны,
- нет ли выделений из раны, покраснения и болезненности вокруг неё.

Диета

Питайтесь хорошо сбалансированными продуктами питания из всех групп: фруктами и овощами, зерновыми (макаронны, сиреал, хлеб, рис), молочными продуктами, мясом, рыбой или птицей. Для заживления раны особенно важны белки. Много белков содержится в:

- мясе, рыбе и птице
- молочных продуктах и яйцах
- бобовых (бобах, чечевице)

В связи с приёмом обезболивающих средств, лекарств, содержащих железо, и уменьшенной физической активности у вас могут начаться запоры. Чтобы предотвратить запоры:

- выпивайте ежедневно хотя бы 6 стаканов воды;
- ешьте свежие фрукты и овощи, продукты и каши из зерновых грубого помола;
- ешьте больше клетчатки - фруктов и овощей, хлеба из муки грубого помола и сиреала.

Важная дополнительная информация

Если вам имплантировали искусственный сустав, то не забудьте сказать об этом вашему зубному врачу и другим врачам. Возможно, вам нужно будет принимать антибиотики перед стоматологическими процедурами или хирургическими вмешательствами, чтобы предотвратить инфицирование в искусственном суставе.

У вас есть вопросы?

Ортопедическое отделение

Позвоните по тел.
(206) 548-4288

Ваши вопросы важны.

Если у вас есть вопросы или вас что-то беспокоит, то позвоните своему врачу или в медицинское учреждение.

Позвоните нам, если у вас есть вопросы или вас что-либо беспокоит.

Центр по лечению костей и суставов
(ортопедическая клиника)

(206) 548-4288

Пон.-Пт. с 8 утра до 5 вечера

Дежурный резидент-ортопед

(206) 548-6190

После 5 вечера и в выходные дни

7 Southeast Nursing Unit

(206) 548-4410

круглосуточно

Реабилитационное отделение

(206) 548-4840

Пон.-Пт. с 8 утра до 5 вечера

Физиотерапия

(206) 548-4828

Пон.-Пт. с 8 утра до 5 вечера

Клиника спортивной медицины

(206) 543-1550

Пон.-Пт. с 8 утра до 4:30 вечера

Особые инструкции:

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER
UW Medicine

Orthopaedic Department

1959 NE Pacific St. Seattle WA 98195
Phone 206-548-4288

120005
After Your Orthopaedic Surgery
Russian
© University of Washington Medical Center
01/2002

Patient Education

Orthopaedic Department



After Your Orthopaedic Surgery

Please read this information before going home. This sheet gives you information about your diet, hygiene, wound care, and what to look for once you are at home. Talk with your nurse or doctor about any questions you may have.

Call for Any of the Following Conditions:

- Fever above 101°F
- Opening of incision
- Drainage from incision
- Reddened, tender incision
- Numbness, tingling and/or loss of function of arm or leg
- Increased pain not relieved by pain medication
- Any symptom you do not fully understand

For chest pain or shortness of breath call 911.

Hygiene

You may shower with your incision uncovered after your staples/sutures are removed.

Do not soak your incision in water (as in a bathtub) for 2 weeks after your staples/sutures are removed.

Wound Care

Staples/sutures are removed by the surgeon at your first post-operative clinic visit unless they are removed before you leave the hospital.

Look at your incision each day and note the following:

- wound edges are closed
- no drainage, or redness or tenderness around incision

Diet

Eat a well balanced diet including foods from all food groups: fruits and vegetables, grains (pasta, cereal, bread, rice), dairy products, meats, fish and poultry. Protein is especially important for wound healing to occur. Good protein sources are:

- meat, fish, and poultry
- dairy products and eggs
- legumes (beans, lentils)

You may become constipated due to your pain medications, iron supplement, and reduced activity. To prevent constipation:

- drink at least 6 glasses of water per day
- eat fresh fruits and vegetables, whole grains and bran
- increase fiber intake with more fruits and vegetables, and whole grain breads and cereals

Additional Important Information

If you have had an artificial joint placed, remember to tell your dentist and other doctors. To prevent infection in your artificial joint, you may need antibiotics before dental work or surgery.

Questions?

Orthopaedic
Department

Call 206-598-4288

Your questions are important. Call your doctor or health care provider if you have questions or concerns.

For any questions or concerns, do not hesitate to call us.

Bone and Joint Center (Orthopaedic Clinic)

206-598-4288

M-F 8 a.m. to 5 p.m.

Orthopaedic Resident on call

206-598-6190

After 5 p.m. and on weekends

6 Southeast Nursing Unit

206-598-4410

24 hours/day

Occupational Therapy

206-598-4840

M-F 8 a.m. to 5 p.m.

Physical Therapy

206-598-4828

M-F 8 a.m. to 5 p.m.

Sports Medicine Clinic

206-543-1550

M-F 8 a.m. to 4:30 p.m.

Special Instructions:

UNIVERSITY OF WASHINGTON
MEDICAL CENTER

UW Medicine

Orthopaedic Department

Box 354740

1959 N.E. Pacific St., Seattle, WA 98195

206-598-4288