

全膝关节置换术后的家庭护理



可以做的事



每1-2小时使用冰袋，每次10-15分钟，尤其是在运动后



坐在带扶手的椅子上休息和淋浴以防止跌倒



如果累了，可以小睡，并在活动之间休息



睡觉时枕头放在脚踝下，而不是膝盖下



用步行架走路，锻炼膝盖



手术后按处方服药。包括血液稀释药物以防止血栓



与外科医生覆诊，并在大约2周后返回，以去除切口上的钉子

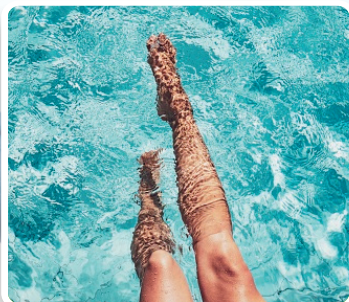
SCAN FOR MORE INFO



全膝关节置换术后的家庭护理



注意事项



不要将膝盖浸泡在浴缸或游泳池中，直到医生允许或伤口愈合



在拆线前，不要摩擦切口或擦任何润肤霜



每一次不要坐超过30-45分钟



在允许之前不要开车，通常长达6周



不要将玩具或物品随地放，以免跌倒



不要举起重物，奔跑和跳跃

如果发生以下任何一种情况，请返回医院：

- 发烧 38°C 及以上或发冷
- 膝盖疼痛加剧
- 小腿疼痛或肿胀
- 膝盖僵硬或无法移动
- 膝关节切口引流 / 敷料湿了
- 膝盖切口周围发红、压痛或肿胀增加

For appointment, kindly contact

☎ 03-7872 3000

☎ 03-7872 3100