

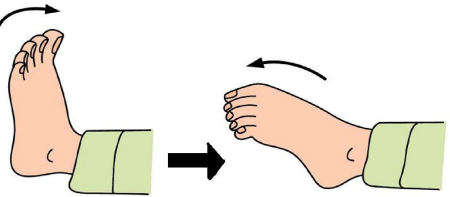





膝関節鏡鏡視下(前・後)十字靭帯再建術(みぎ・ひだり)を受ける方へ

患者氏名 \_\_\_\_\_ 様

症状説明:あなたの病名は、膝十字靭帯損傷です。 不安定感、動かしにくい、といった症状があります。 関節鏡を用いて十字靭帯再建手術を行います。入院期間は約2~3週間です。		退院基準:松葉杖歩行できる 術後合併症(感染・深部静脈血栓・肺梗塞)を起こしていない		1/2		
	外 来	入院日( / )~手術前日( / )	手 術 当 日 (術前)( / )	手 術 当 日 (術 後 )	術 後 1 日 目 ( / )	術 後 2 日 目 ( / )
検査・治療・処置	<ul style="list-style-type: none"> <li>●血液検査をします</li> <li>●尿検査をします</li> <li>●鼻の粘液の培養検査をします</li> <li>●胸部・頸椎・腰椎レントゲン撮影をします</li> <li>●肺機能検査をします</li> <li>●心電図検査をします</li> <li>●下肢の静脈エコー検査をします</li> <li>●かかりつけの医院等がありましたらお知らせ下さい</li> <li>●既往歴に応じて他科を受診していただきます</li> <li>●身長体重をはかります</li> <li>●膝装具の採型をします</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●必要時血液検査をします</li> <li>●足の動脈にマジックで印をつけます</li> <li>●リストバンドをつけます</li> <li>●リハビリ診察があります</li> <li>●全身麻酔の場合は麻酔科医の診察があります</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●手術衣に着替えていただきます</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●手術直後は30分毎に検温し安定すれば1~3時間毎に観察を行います</li> <li>●手術した足はクッションで軽く上げます</li> <li>●足のエアポンプをつけます(静脈血栓予防です)</li> <li>●翌朝まで酸素を吸ってもらいます</li> <li>●傷周囲をアイスノンで冷やします</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●体温・脈拍・血圧を1日3回測ります。</li> <li>●血液検査があります</li> <li>●持続運動療法機(CPM)を使って1時間膝を曲げるリハビリがベッド上で始まります</li> <li>●足のエアポンプを外し、深部静脈血栓予防ストッキングをはいてもらいます</li> <li>●リハビリ室にて松葉杖で歩く訓練を開始します</li> <li>●主治医が傷の消毒をします</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●体温・脈拍・血圧を1日1~2回測ります。</li> </ul> 
薬剤	<ul style="list-style-type: none"> <li>●普段内服している薬がありましたら教えて下さい</li> <li>●必要時、中止する薬があればお知らせします</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>●9時30分以降の手術の場合、朝から点滴を行います。</li> <li>●朝、内服していただく薬がある場合飲水が可能な時間のうちに服用していただきます</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●術後6時間おきに抗菌薬の点滴を行います</li> <li>●痛みがある時は鎮痛剤、発熱時は解熱剤、吐き気・嘔吐があれば吐き気止めをします</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●痛み止めの内服が始まります</li> <li>●常用薬がある場合、開始になります</li> </ul>	
安静度	<ul style="list-style-type: none"> <li>●普段通りの生活ができます</li> <li>●かぜなどひかれませんよう体調管理につとめて下さい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●病院内の歩行は可能です</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●歩行または車椅子で手術室に向かいます</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ベッド上安静になります</li> <li>●自力で横向きにはなれません</li> <li>※手術された足を動かす場合、看護師がお手伝いします</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●リハビリ後、松葉杖で体重をかけずに歩きます(必要なら車椅子を使用できます)</li> <li>※歩く時は運動靴に履き替えて下さい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●手術後1週間は免荷(体重をかけない)です</li> </ul>
排泄	<ul style="list-style-type: none"> <li>●制限はありません</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>●手術室へ入室する30分前にトイレを済ませて下さい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●手術中に尿を出す為の管が入ります</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●尿の管が入ってる場合は抜きます</li> </ul>	
清潔	<ul style="list-style-type: none"> <li>●入浴できます。からだを清潔にしておきましょう</li> <li>●爪が伸びていれば切ってください</li> <li>●マニキュアはとってください</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●必要に応じて膝の毛を剃ります</li> <li>●その後シャワーして下さい</li> <li>●マニキュアはとってください</li> <li>●足の爪を切ってください</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●化粧はしないで下さい</li> <li>●時計、アクセサリ、入れ歯は外してください</li> <li>●手術衣に着替える前、うがいを済ませて下さい</li> <li>●ひげをそってください</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>●体を拭き、手術衣からパジャマ・トレーニングウェアに着替えます</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●主治医の許可があれば、シャワー浴できます</li> </ul> 
食事・栄養管理	<ul style="list-style-type: none"> <li>●普段どおりの食事です</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●普通食です</li> <li>※医師の指示がある方は制限食</li> <li>●食事、飲水の制限に関しては麻酔科の指示に基づき、入院後ご説明いたします。(午後に手術の場合は当日朝9時まで)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>●水や食事を摂ることはできません</li> <li>●一番最後に飲んだ水分の量と時間と種類を看護師に教えて下さい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●帰宅して2時間後より腸の動きがあれば、水分を摂ることができます(看護師に声をかけて下さい)</li> <li>●唇、口の中をガーゼで湿らせます</li> <li>●可能なならば、うがいまではかまいません</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●朝から食事開始になります。</li> <li>●朝はお粥 昼から普通食または制限食です。</li> </ul> 	
説明指導教育	<ul style="list-style-type: none"> <li>●入院、手術に必要な書類を渡します(承諾書・同意書・問診表)</li> <li>●入院時に提出して下さい</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>＜手術の必要物品＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/>バスタオル 2~3枚</li> <li><input type="checkbox"/>運動靴</li> <li><input type="checkbox"/>トレーニングウェア</li> <li><input type="checkbox"/>膝装具</li> <li><input type="checkbox"/>その他</li> </ul> <p style="text-align: right;">※別紙参照</p> <p>※入院時必要物品とシャンプーも忘れずに持ってきて下さい</p> </div> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>●必要書類をいただきます(承諾書・同意書・問診表 個室の場合は申し込み書)</li> <li>●病棟の案内をします</li> <li>●看護師より手術前後の経過について説明します</li> <li>●手術室看護師の訪問があります</li> <li>●眠れない時は、看護師にお知らせ下さい</li> <li>●薬剤師より薬の説明があります</li> <li>●理学療法士より術前評価があります</li> </ul>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>※手術室へ入室する時刻(時 分の予定)</p> <p>※ご家族は手術中、A棟6階の食堂か個室の場合はお部屋でおまちください</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●深呼吸をしてください</li> <li>●痰は飲み込まずに出してください</li> <li>●術後リハビリテーションが開始します(自力で足首を動かす運動をしましょう)</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>●松葉杖の使い方の説明をします</li> <li>●自力で簡易装具で足挙げ訓練をしましょう</li> </ul> 	

膝関節鏡鏡視下(前・後)十字靭帯再建術(みぎ・ひだり)を受ける方へ

	術後3日目( / )	術後2週目	術後3週目～退院日
検査 治療 処置	●体温・脈拍・血圧を1日3回測ります(4日目以降は1日1回測定します) (リハビリに行く前に体温を測って下さい)	●術後10～14日目頃に抜糸をします	膝の状態が良好であり、通院・リハビリが安全にできれば退院です
薬剤	●痛み止めの内服薬は痛みが軽減するまで処方されます		
安静度	●理学療法士の指示に従って 松葉杖歩行を進めていきましょう 屈伸・筋力アップをしていきましょう	●膝装具をつけて体重をかけて歩行訓練します	
排泄	●便秘・下痢があればお伝え下さい		
清潔	●シャワーに2回/週に入っていただきます (自分で入れる場合は適時入っていただきます)		
食事 栄養管理	●普通食または制限食です		
説明 指導 教育	●太ももの筋肉、お尻の筋肉をつけるために足挙げの訓練(必ず膝装具使用)をしましょう 自分で足が挙がるようになれば下図の訓練を行いましょう ●筋トレ目標1日100回		●歩行時は装具をつけてください(創部は安静にしてください) ●退院後もリハビリは継続になります ●転倒には注意して歩行してください ●発熱、出血など異常な症状を認めた場合、すぐに受診してください
自主トレーニング	   		●主治医の指示に従い、安静度は必ず守って下さい ●整形外科次回受診日： 月 日 ( ) 時 分 Dr ●リハビリ次回受診日： 月 日 ( ) 時 分 ●筋トレ目標1日200回

