

## تب و لرز

تب بالای ۳۸ درجه سانتی‌گراد یا لرز مکرر می‌تواند نشانه عفونت جدی باشد که نیازمند درمان فوری است.

## مشکلات عصبی

علائمی مانند بی‌حسی، ضعف در دست یا پا، کاهش توان حرکتی یا احساس سوزش و گزگز در اندام‌ها باید بلافاصله گزارش شود. این‌ها ممکن است به دلیل فشار سیمان روی عصب یا آسیب عصبی باشند.

## خونریزی یا ترشح غیر معمول از محل زخم

هرگونه خونریزی زیاد یا ترشح چرک‌آلود از محل زخم نیازمند بررسی فوری است.

## مشکلات ادراری یا گوارشی ناگهانی

عدم کنترل ادرار یا مدفوع، یا درد و تورم شکم نشانه‌های خطرناکی هستند که نباید نادیده گرفته شوند.

## توصیه‌های تکمیلی برای مراقبت بهتر

## پیگیری‌های پزشکی منظم

حتماً وقت‌های تعیین شده برای ویزیت پس از عمل را جدی بگیرید و در صورت بروز هر علامت غیرعادی، سریعاً به پزشک مراجعه کنید.

## فیزیوتراپی

فیزیوتراپی می‌تواند به بهبود قدرت عضلات اطراف ستون فقرات و افزایش انعطاف‌پذیری کمک کند. انجام تمرینات توصیه‌شده را پیگیری کنید.

## ترک سیگار و مصرف الکل

سیگار کشیدن و مصرف الکل می‌تواند روند بهبودی استخوان‌ها را کند کند و احتمال بروز عوارض را افزایش دهد. توصیه می‌شود پس از عمل از این موارد خودداری کنید.

## کنترل وزن

حفظ وزن مناسب و جلوگیری از چاقی به کاهش فشار روی مهره‌ها و بهبود نتیجه عمل کمک می‌کند.

## نقش خانواده و همراهان

حمایت روانی و فیزیکی خانواده در روند بهبود بسیار موثر است. همراهان باید کمک کنند تا بیمار به موقع داروهایش را مصرف کند و نکات مراقبتی را رعایت نماید.

"با آرزوی سلامتی و بهبودی"



## کایفوپلاستی

آدرس: سه راه سیمین، خیابان جانبازان، انتهای  
بلوار شهیدبخشی. تلفن: ۰۳۱۳۵۱۳۰۰۰۰ ، داخلی  
واحد آموزش به بیمار: ۷۷۲

کد پمفلت: Pa0417

## کایفوپلاستی چیست؟

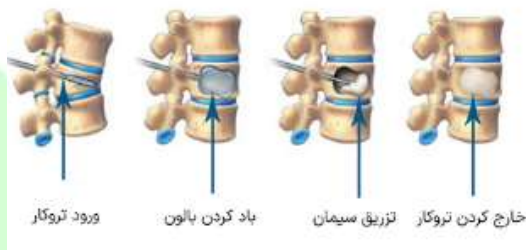
کایفوپلاستی یک روش درمانی کم‌تهاجمی است که برای ترمیم شکستگی‌های فشاری مهره‌های ستون فقرات انجام می‌شود. این روش به کاهش درد و بهبود وضعیت ستون فقرات کمک می‌کند. با این حال، مراقبت‌های پس از عمل بسیار مهم هستند تا روند بهبودی به خوبی پیش برود و از بروز عوارض جدی جلوگیری شود. در این پمفلت، به شما نکات مهم مراقبتی پس از عمل و علائم هشدار که نیاز به مراجعه سریع پزشکی دارند، آموزش داده می‌شود.

## چه مراقبت‌هایی بعد از عمل کایفوپلاستی باید انجام دهم؟

### استراحت و فعالیت‌های بدنی

- **استراحت اولیه:** پس از عمل، بهتر است در ۲۴ تا ۴۸ ساعت اول استراحت نسبی داشته باشید.
- **حرکت آرام:** پس از استراحت اولیه، به تدریج می‌توانید با حرکت‌های سبک و پیاده‌روی کوتاه شروع کنید. این کار به جلوگیری از ایجاد لخته خون و تقویت عضلات کمک می‌کند.
- **اجتناب از خم شدن یا چرخش شدید:** تا ۶ هفته از حرکات شدید مانند خم شدن کامل به جلو یا چرخش ستون فقرات خودداری کنید. این کار می‌تواند به مهره آسیب دیده فشار وارد کند.

### مراحل کایفوپلاستی



### مراقبت از محل ورود سوزن

- ✓ **تمیز نگه داشتن محل:** محل ورود سوزن باید تمیز و خشک نگه داشته شود.
- ✓ **تعویض پانسمان:** اگر پانسمان دارید، طبق دستور پزشک آن را تعویض کنید و از خیس شدن محل جلوگیری کنید.
- ✓ **دوری از خارش یا تحریک:** محل را نخارانید و از کرم‌ها یا لوسیون‌های بدون تجویز پزشک استفاده نکنید.

### داروها

- ❖ **مصرف داروهای تجویزی:** داروهای ضد درد و ضد التهاب و آنتی‌بیوتیک خود را طبق دستور پزشک منظم مصرف کنید.
- ❖ **اطلاع به پزشک در مورد داروها:** اگر داروی رقیق‌کننده خون یا داروی خاص دیگری مصرف می‌کنید، حتماً به پزشک اطلاع دهید.

### تغذیه

- ❖ **رژیم غذایی سالم:** تغذیه مناسب برای ترمیم بافت‌ها اهمیت زیادی دارد.
- ❖ **مصرف کلسیم و ویتامین D:** این مواد به استحکام استخوان‌ها کمک می‌کنند و مصرف آن‌ها پس از عمل توصیه می‌شود.
- ❖ **هیدراته ماندن:** نوشیدن آب کافی (۸ تا ۱۰ لیوان) به حفظ سلامت کلی بدن کمک می‌کند.

### در صورت بروز چه علائمی باید به پزشک مراجعه کنم؟

پس از کایفوپلاستی، باید به برخی علائم هشدار حساس باشید و در صورت بروز آن‌ها سریعاً به مرکز درمانی مراجعه کنید:

### درد شدید و ناگهانی

اگر درد پس از بهبود اولیه، ناگهان شدید شود یا درد جدید و غیرقابل تحمل ایجاد شود، ممکن است نشانه نشت سیمان یا آسیب جدید باشد.

### تورم، قرمزی و التهاب در محل عمل

این علائم ممکن است نشانه عفونت باشد. همچنین تب همراه با این موارد اهمیت ویژه دارد و باید سریعاً پزشک را مطلع کنید.