

Postępowanie po rekonstrukcji więzadeł pobocznych - MCL(więzadła pobocznego piszczelowego) i LCL (więzadła pobocznego strzałkowego).

OPATRUKI - zmiana opatrunku co dwa dni samemu(lub z pomocą pielęgniarki zabiegowej) z użyciem jałowych kompresów z gazy(dostępnych w Aptece) Sposób wykonania opatrunku zlecony przez lekarza operującego.

SZWY - usunięcie szwów 10 - 14 doba od zabiegu - po wcześniejszym umówieniu w rejestracji 515563502 - proszę dzwonić jak najwcześniej po operacji i powiedzieć że jest Pan/Pani świeżo po zabiegu

CHODZENIE - chodzenie o kulach i w stabilizatorze - łuska Adama do 14 doby od zabiegu czyli do kontroli i usunięcia szwów. Do 6 tygodni od zabiegu do chodzenia używamy stabilizatora w przypadku siedzenia, spania, ćwiczeń, leżenia stabilizator zdejmujemy. Od 4 tygodnia próbujemy chodzić w stabilizatorze bez kul - jeśli jest to tolerowane. Wskazana wkładka lub podbicie buta od strony wewnętrznej lub zewnętrznej w zależności od rekonstruowanego więzadła (będzie to dokładnie rozrysowane na wizycie kontrolnej po 14 dniach)

CHŁODZENIE - w pierwszych 3 dniach po zabiegu, 5 razy dziennie po 20 minut przez opatrunek następnie do czasu utrzymywania się obrzęku 4 razy przez ręcznik

ĆWICZENIA - bardzo ważne po tego typu operacji - pierwsza wizyta rehabilitacyjna już po około 14 dniach od zabiegu. Rehabilitacja w ściśle określonym miejscu zleconym przez lekarza operującego. We własnym zakresie - próba zginania na siedząco, podnoszenie całej nogi do góry, prostowanie (poduszka pod stopę). Wszystkie ćwiczenia powinno się konsultować z lekarzem prowadzącym lub rehabilitantem.

LEKI - leki p/bólowe - w razie bólu, leki p/zakrzepowe co 24 h o ich odstawieniu decyduje lekarz prowadzący, antybiotyk - proszę przyjąć całą przepisaną ilość.

OPERACJE WIELOETAPOWE - następny etap operacji wykonujemy po około 8 tygodniach, warunkiem jest zgięcie ok 120 stopni i pełny wyprost w stawie kolanowym

Konrad Malinowski