



חוברת הדרכה לקראת ניתוח החלפת מפרק ברך

ד"ר גיל אייל
מומחה בכירורגיה אורטופדית
החלפת מפרק ירך וברך



הנך עומד/ת לעבור ניתוח להחלפת מפרק ברך

בחוברת הדרכה זאת ריכזתי מידע אשר יאפשר למטופל ולבני משפחתו להבין את משמעות התהליך בכללותו לקראת ניתוח החלפת הברך. תחילה ישנה ההיכרות ראשונית עם המנתח האורתופד במרפאה, בהמשך קיים פירוט לגבי מה כולל תהליך ההכנה לקראת ניתוח החלפת הברך, דרך מה שצפוי ביום הניתוח עצמו ולאחריו בעת האשפוז בבית החולים, ובסוף חוברת ההדרכה ישנו מידע הכולל את תהליך השחרור וההחלמה לאחר הניתוח בבית או במוסד שיקומי, על פי הצורך.



מה חשיבותה של ההכנה לניתוח החלפת הברך?

ניתוח החלפת ברך דורש הכנה מנטלית וגופנית כאחד. מלבד המידע הרפואי לגבי המחלה של שחיקת הסחוס בברך – אוסטאוארטריטיס, Knee Osteoarthritis והטיפול הניתוחי המומלץ (החלפת מפרק ברך - TOTAL KNEE REPLACEMENT) מומלץ להיות מוכנים עד כמה שניתן ולאסוף מידע בנוגע לניתוח החלפת ברך. האינפורמציה רלוונטית לגבי כל התהליך, החל משלב הביקור הראשוני במרפאה של האורתופד המנתח ועד לשלב ההחלמה לאחר ניתוח החלפת מפרק הברך. עיבוד המידע לאחר הייעוץ הרפואי שניתן על ידי האורתופד לפני ניתוח החלפת ברך עם הכנה מקדימה ראויה יכול לתרום רבות למטופל, הן מבחינת הבנה לעומק לגבי העתיד לקרות והן מבחינת הפגת מתחים המתפתחים באופן טבעי במצבים רפואיים שכאלו. לתהליך ההכנה לפני ניתוח החלפת ברך יש מספר מרכיבים אשר נדרשים לביצוע בשלבים שונים על מנת לאפשר למטופל להשלים אותם באופן אופטימלי עם מינימום אי ודאיות ומיטוב התוצאה הרצויה.



מה צפוי בביקור ראשון במרפאה לפני ניתוח החלפת ברך?

בביקור הראשון במרפאת הכירורג האורתופד נעשית הכרות אישית בין המטופל לבין ד"ר גיל אייל. במהלך הייעוץ הרפואי הרופא המנתח יאסוף מידע רפואי על הבעיה האורתופדית העיקרית ממנה סובל המטופל וכן היסטוריה רפואית רלוונטית. ד"ר גיל אייל יבצע גם בדיקה גופנית והסתכלות בבדיקות הדמיה רלוונטיות, ויבצע הערכה קלינית של המידע בכללותו. בתום השלמת כל הנ"ל, יוחלט על ידי ד"ר גיל אייל האם יש מקום להמליץ על ניתוח להחלפת ברך. האורתופד המנתח יסביר בפגישת הייעוץ הרפואית על הניתוח להחלפת ברך ומה כוללות ההכנות לקראת הניתוח. ד"ר גיל אייל זמין להבהרת סוגיות שאינן ברורות ואתם מוזמנים לשאול שאלות על מנת לנסות ולהבין את הבעיה הרפואית בברך אשר גורמת לכאבים ואת הפתרון הכירורגי המוצע - ניתוח החלפת ברך. כמו כן בהחלט מומלץ לשוב ולקרוא באתר האינטרנט של האורתופד המנתח (drgileyal.com) לגבי מהות הבעיה הספציפית שלכם - אוסטאוארטריטיס של הברך, וכן לגבי הטיפול שהומלץ עליו – ניתוח החלפת מפרק ברך.



מה כוללת הכנה לניתוח החלפת מפרק ברך?

ניתוח החלפת ברך הינו ניתוח אשר מוזמן מראש – אלקטיבי. מטרתו הינה להקל על תסמיני כאב אשר נגרמים למטופל בגלל שחיקת הסחוס במפרק והשינויים הניווניים הנלווים בשל אוסטאוארטריטיס בברך, מתוך מטרה לשפר את איכות החיים. לאור זאת אפשר ומומלץ לבצע ניתוח להחלפת ברך כאשר המטופל מגיע לניתוח במצב אופטימלי, הן מבחינה רפואית והן מבחינה מנטלית.

מהן ההכנות הרפואיות הנדרשות לפני ניתוח החלפת ברך?

כחלק מהליך ההכנה, יש צורך בבדיקות מקדימות לפני הניתוח להחלפת הברך:

- בדיקות דם.
- בדיקות שתן.
- אק"ג.
- צילום חזה.
- בדיקת MRSA (בדיקת נשאות לחיידק סטאפ. אארוס ומידת רגישותו לאנטיביוטיקה).



- מומלץ להביא מכתב מרופא המשפחה לגבי מצב קליני עדכני, כולל טיפול תרופתי וכל מידע נוסף אשר יכול להועיל לקראת ניתוח החלפת הברך.
- בדיקות רפואיות נוספות יבוצעו בהתאם לנחיצותם – בקורלציה אישית וקלינית שיש לכל מטופל.
- באם המטופל לקח תרופות הכוללות מדללי דם או נוגדי קרישה יש להיוועץ עם רופא המשפחה / קרדיולוג לגבי תרופות אלו לפני הניתוח להחלפת ברך. חשוב שהמטופל ידע כמה זמן יש להפסיק את השימוש בתרופות אלו לפני הניתוח להחלפת ברך. מנקודת מבט כירורגית ההעדפה היא להפסיק אליקוויס, פרדקסה וקסקרלטו כיומיים לפני הניתוח, פלאביקס מומלץ להפסיק כשבוע לפני הניתוח להחלפת ברך ואילו אספירין כדאי להפסיק כ 10 ימים לפני הניתוח.
- באם המטופל נטל תרופות ייחודיות לטיפול בדלקת פרקים (Rheumatoid Arthritis) גם כן מומלץ להיוועץ ברופא ראומטולוג (מומחה לבעיות מפרקים) מתי מומלץ להפסיק להשתמש בתרופות וכמה זמן אחרי הניתוח להחלפת ברך כדאי לחזור וליטול את אותן התרופות.



מהן ההנחיות הרפואיות הנדרשות לניתוח החלפת ברך?

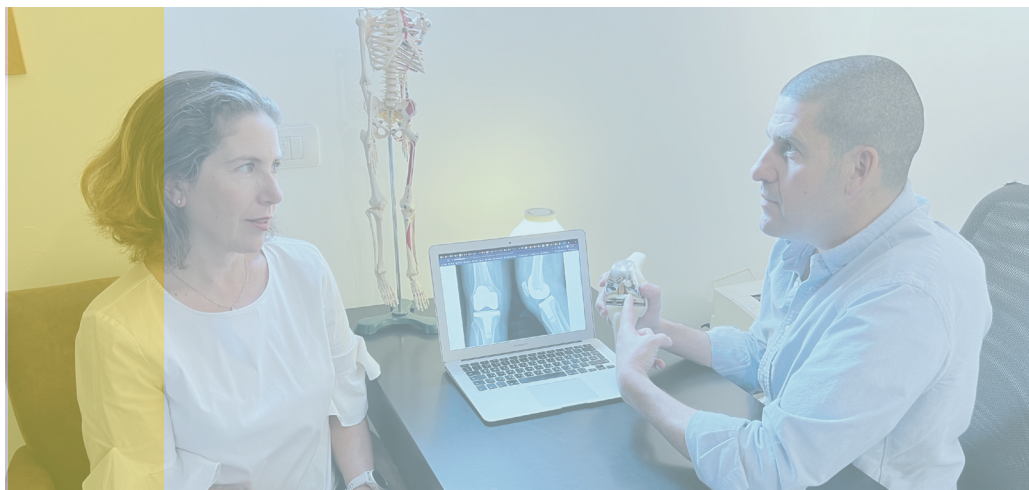
- באם מתפתחת מחלה כלשהיא לפני הניתוח להחלפת ברך (צינון, מחלת חום או כל מחלה שהיא) יש ליידע את האורתופד המנתח על מנת לוודא האם יש צורך בקביעת מועד חדש לניתוח העתידי.
- מומלץ להקפיד על תזונה נכונה הכוללת פירות, ירקות, מאכלים עתירי חלבון ושתית מים.
- מומלץ להשתמש בסבון המכיל כלורהקסידין (Chlorehexidine) כ 5 ימים לפני הניתוח להחלפת ברך. יש להימנע מגילוח הרגל העתידה להנתח ולהימנע משימוש בקרמים, משחות או אבקות למיניהן בימים הללו לפני הניתוח להחלפת ברך.
- כדאי להשלים טיפול שיניים לפני הניתוח להחלפת ברך באם יש תכנון עתידי לטיפול כזה.
- הפסקת עישון - מומלץ להפסיק לעשן כ 6 שבועות לפני הניתוח להחלפת ברך מכיוון שפוטנציאל ריפוי פצע הניתוח (בעומק הרקמה וכן בשכבת העור) יורד בקרב מעשנים, זאת בשל כגיעה ביכולת חמצון הרקמה אשר נדרשת לשם חידוש התאים.



- איזון רמות גלוקוז אצל מטופל שיש לו סוכרת הינו חשוב ביותר. הסיכון לזיהום עולה אצל מטופל שרמות הסוכר אצלו גבוהות לפני ולאחר ניתוח החלפת ברך.
- יש למנוע מבעלי חיים להתקרב לאזור הניתוח על מנת להוריד סיכון בו יהיה מגע בין החיה לבין הפצע הניתוחי. יש לרחוץ ידיים היטב לאחר כל מגע עם בעל חיים.

המלצות אלו חשובות הן מבחינת התייחסות למצבו הבריאותי הכולל של המטופל והן מבחינה פרטנית ביחס לסיכוי להפחתת סיכון לזיהום לאחר ניתוח להחלפת ברך.





כיצד נערך היעוץ הרפואי ותכנון קדם ניתוחי לפני ניתוח החלפת ברך ?

טרם התאריך בו נקבע היום לניתוח החלפת הברך, כ 10 ימים לפני, נעשית פגישה במרפאה של האורתופד המנתח ד"ר גיל אייל, על מנת לוודא שאין כל מניעה רפואית לערוך את הניתוח ושאינ מגבלה כלשהי אשר יכולה לעכב אותו. יש לזכור ולהביא לפגישת הייעוץ הרפואית את הדברים הבאים:

- תשובות של הבדיקות הרפואיות המפורטות בפסקה הקודמת

- דיסק עם צילום מפרק הברך וצילום חזה.

- אישור גורם מבטח לביצוע הניתוח להחלפת ברך

- אישורים רפואיים נוספים ייחודיים בהתאם לצורך ספציפי של כל מטופל (לדוגמה אישור קרדיולוג, רופא ריאות וכד').



בפגישה זאת יסביר למטופל שוב ד"ר גיל אייל על מהלך הניתוח הצפוי, ייתן למטופל מרשמים לרכישת תרופות שלהן יזדקק לאחר הניתוח והמטופל יוחתם על טופס הסכמה ייעודי לביצוע ניתוח החלפת ברך.

כשבוע לפני ניתוח החלפת ברך תוזמנו להיפגש עם הצוות הרפואי בבית החולים במסגרת מרפאת קדם ניתוח. בפגישה זאת תתבצע הכרות עם הצוות הסיעודי וכן נעשית בדיקה רפואית על ידי רופא מרדים. כמו כן, יינתן מידע לגבי ההליך האדמיניסטרטיבי והרפואי הצפוי ביום הקבלה לבית החולים וכן מידע מתאים לגבי זמן האשפוז במחלקה לאחר ניתוח החלפת הברך.

מהן ההכנות הנדרשות בבית לפני ניתוח החלפת ברך?

לאחר ניתוח החלפת ברך ילמד אותך צוות הפיזיותרפיסטים כיצד להתהלך עם הליכון וכיצד לעלות ולרדת במדרגות. עם זאת, במקרה בו חדר השינה נמצא בקומה עליונה בבית מומלץ להכין לפני ניתוח החלפת הברך חדר חלופי בקומת הקרקע בקרבת חדר אמבטיה. מומלץ שבבית לא יהיו גורמים כלשהם אשר יכולים להיתקל בהם ואשר מהווים סכנה לנפילה, כמו כן יש לדאוג לתאורה קבועה בחדר האמבטיה לצורך הקלה על הליכה לשירותים בלילה.





מה מומלץ להביא לבית החולים לפני ניתוח החלפת ברך?

- דברים אישיים: משקפיים, מכשיר שמיעה, טואלטיקה, תעודת זהות, רשימת תרופות עדכנית, ספר קריאה.
- ביגוד: מומלץ ביגוד קליל ללבישה (טרנינג לדוגמה), נעליים נוחות שאינן מחליקות (לא כפכפים), חלוק רחצה.
- הליכון

מה אינו מומלץ להביא לבית החולים לפני ניתוח החלפת ברך?

- סכום גבוה של כסף מזומן
- תכשיטים
- דברים אישיים עם ערך סנטימנטלי



מהן המלצות לליווי המטופל לאחר ניתוח החלפת ברך?

מומלץ שיהיה בן משפחה / חבר / איש מקצוע אשר ילווה את המטופל במהלך השבועיים הראשונים לאחר הניתוח להחלפת הברך. ליווי זה הינו כדאי ומומלץ מבחינה פיזית ומבחינה רגשית. הליווי הנדרש הינה בתחומים שונים כגון בישול, רחצה, הלבשה, טיפול תרופתי ותרגולי פיזיותרפיה.

מהן ההנחיות ליום הניתוח להחלפת הברך?

- ביום הניתוח להחלפת ברך נבקשך להגיע לבית החולים כשעתיים לפני מועד הניתוח המתוכנן .
- יש להיות בצום של 8 שעות לפני הניתוח.
- יש להביא את המידע הרפואי הרלוונטי לניתוח החלפת הברך, כולל טיפול תרופתי עדכני וכן את הניירת שניתנה על ידי ד"ר גיל אייל כולל הדיסק עם הצילום הייעודי לניתוח.
- ביום הניתוח יש ליטול רק את התרופות אשר נאמרו לקחת ע"י הצוות הרפואי בפגישת טרום הניתוח.
- בהגיעך לבית החולים צוות המקום יפגוש אותך בכניסה ויפנה אותך לפגישה עם אחות חדר הניתוח. בחדר האחות יוחלף הביגוד בחלוק של בית החולים ויילקחו מדדים חיוניים.





- בחדר הקבלה לפני הניתוח ד"ר גיל אייל יסמן את רגלך לאחר וידוא חוזר לגבי הצד הרלוונטי לניתוח החלפת הברך.
- זמן קצר לפני הכניסה לחדר הניתוח תעריך כגישה נוספת עם המרדים.

מה צפוי בחדר הניתוח?

מיד עם הכניסה לחדר הניתוח בו תבוצע החלפת הברך נעשית הכרה עם הצוות הרפואי ומבוצע תהליך "פסק זמן" (תהליך בו נעשה וידוא חוזר לגבי פרטי המטופל, הצד העובר ניתוח, אלרגיות, מדללי דם, סוג ההרדמה וכד'). לרוב, ההרדמה המועדפת הינה דרך הגב - הרדמה ספינלית ("חצי גוף") מכיוון שהליך ההתאוששות הינו קל יותר למטופל; באם הרדמה ספינלית אינה אפשרית, מבוצעת הרדמה כללית. הניתוח להחלפת ברך עצמו אורך לרוב כשעה וחצי ועם סיומו מועבר המטופל לחדר ההתאוששות.



מה קורה בחדר ההתאוששות לאחר ניתוח החלפת ברך?

עם סיום הניתוח להחלפת הברך מועבר המטופל לחדר התאוששות שם בדרך כלל ישהה כשעה - שעתיים. בחדר ההתאוששות הטיפול ניתן על ידי אחיות אשר אחראיות על מעקב אחר המדדים הרלוונטיים להתאוששות ראשונית לאחר ניתוח החלפת ברך (תופעות לוואי מחומרי הרדמה, מדדים חיוניים, מראה קליני של הגפה, טיפול בכאב וכד'). כמו כן מבוצע צילום רנטגן של מפרק הברך המנותח. במקביל המטופל יחובר למכשור ייעודי להורדת סיכון לקרישי דם בגפיים תחתונות. (leg pumps) ד"ר גיל אייל יבוא לראות ולבדוק את המטופל בחדר ההתאוששות ולוודא כי גם אחרי הניתוח הטיפול נמשך ומבוצע כראוי.



מהו הטיפול בעת השהות במחלקת האשפוז לאחר ניתוח החלפת ברך?

לאחר סיום שהות המטופל בחדר ההתאוששות הוא יעבור למחלקת האשפוז שם תערך הכרות עם צוות המחלקה ושוב יילקחו מדדים חיוניים כגון דופק, לחץ דם וכד'. כדי לאפשר למטופל שהות קלה ותחושה נוחה עד כמה שניתן, לאחר ניתוח החלפת הברך ישנה חשיבות רבה במתן תרופות נוגדות כאב. כל זאת על מנת לאפשר למטופל מנוחה ובמקביל להתחיל עם טיפולי הפיזיותרפיה. באותו היום עצמו בו נערך הניתוח להחלפת הברך המטופל יוכל להיעמד על הרגליים ולהתחיל ללכת, כמובן עם עזרה של הצוות הסיעודי או הפיזיותרפיסטים במחלקה. ההליכה לאחר ניתוח החלפת הברך נעשית תחילה עם הליכון ובהדרגה עם השיכור באמצעות תרגולי הפיזיותרפיה, המטופל לא ישתמש באמצעי עזר כלל. צוות הפיזיותרפיסטים במחלקה ידריך את המטופל כיצד להתנהל ביום יום באופן כללי ואיך לבצע פעולות ספציפיות כמו קימה מהמיטה, מקלחת, עלייה וירידה במדרגות וכד' לאחר ניתוח להחלפת ברך.



מתי צפוי שחרור הביתה לאחר ניתוח החלפת ברך?

משך זמן האשפוז במחלקה לאחר ניתוח החלפת ברך לרוב הינו כ 24-48 שעות ולאחריהן המטופל משתחרר הביתה או למוסד שיקומי, באם יש צורך בכך. בזמן השהות בבית החולים ד"ר גיל אייל יבוא לבדוק את המטופל ולהדריך אותו לגבי המשך הטיפול הרפואי.

מהו תהליך ההחלמה לאחר ניתוח החלפת ברך?

- הדבר החשוב ביותר לאחר ניתוח החלפת ברך הינו תנועה; הכוונה הינה להפעלה ישירה של מפרק הברך בפרט והליכה בכלל. חשיבות התנועה הינה לצורך מיקסום פוטנציאל ההחלמה והחזרה לתפקוד נורמלי בצורה המיטבית.
- יש חשיבות רבה בנטילת כדורים נוגדי כאב לאחר ניתוח החלפת ברך על מנת לנסות למנוע אותו. (בניגוד לניסיון להפחיתו לאחר שכבר הגיע לדרגה גבוהה יחסית) כמו כן שימוש במדלל דם הינו חיוני לצורך הפחתת הסיכון להתפתחות פקקת ורידים עמוקה.
- התפרים בניתוח החלפת ברך אותו מבצע ד"ר גיל אייל נספגים תוך מספר חודשים ואין צורך בהוצאתם.



- מותר להתקלח עם החבישה וניתן להורידה עצמונית כ 10 ימים לאחר הניתוח להחלפת ברך. לאחר הורדת החבישה באם הפצע הניתוחי יבש ללא הפרשה פעילה ניתן להתקלח כרגיל ולאפשר למים וסבון לזרום מעל אזור הניתוח מבלי לשפשפו.
- אדמומיות, המטומה ונפיחות מקומית צפויים להיות אחרי ניתוח החלפת ברך ואף להמשך מספר שבועות.
- טיפולי פיזיותרפיה מתבצעים תחילה בבית המטופל ולאחר שבועיים - שלושה ממשיכים עם הטיפולים במכון פיזיותרפיה. מטרת הפיזיותרפיה לאחר ניתוח החלפת ברך הינה תחילה לשפר את טווח התנועה ולהוריד את הנפיחות ובהמשך לעבוד על חיזוק שרירים ושיפור יכולת ההליכה.
- השאיפה היא לחזור לאורח חיים רגיל כ 6-8 שבועות לאחר ניתוח החלפת הברך וחזרה לנהיגה אפשרית בדרך כלל כחודש ימים לאחר הניתוח.
- יש לקחת בחשבון שהליך ההחלמה יכול להמשך חודשים ושיפור מושג אפילו עד שנה אחרי הניתוח להחלפת הברך.



מתי נערכות ביקורות רפואיות על ידי ד"ר גיל אייל לאחר ניתוח החלפת ברך?

- ביקורת ראשונה נעשית במחלקת האשפוז בבית החולים ביום שלאחר ניתוח החלפת הברך.
- בקורת שגרתית שנייה מבוצעת כשבועיים לאחר הניתוח להחלפת מפרק הברך בקליניקה של ד"ר גיל אייל כדי לוודא את מצבו הכללי של המטופל, לבדוק את אזור הניתוח ולאשרר שההתקדמות הינה משביעת רצון.
- ביקורת שלישית נערכת כ 3 חודשים לאחר ניתוח החלפת הברך באם מהלך ההחלמה הינו תקין.
- ביקורת רביעית אצל האורתופד המנתח נערכת כשנה לאחר הניתוח להחלפת הברך.





ד"ר גיל אייל אורתופד מנתח מומחה בהחלפת מפרקים

ד"ר גיל אייל הינו אורתופד מנתח מומחה בהחלפת מפרקים אשר מביא עמו מקצועיות, ידע וניסיון נרחב בתחום הכירורגי של החלפת מפרק ברך והחלפת מפרק ירך. הוא סיים את לימודי הרפואה באוניברסיטת תל אביב, התמחה במרכז הרפואי ע"ש "רבין" והשלים "התמחות על" בתחום החלפת מפרקים באחד מהמרכזים הרפואיים הגדולים בלונדון. לאחר חזרתו ארצה הצטרף לצוות המנתחים ביחידה להחלפת מפרקים של מחלקת אורתופדיה במרכז רפואי "שמיר" ("אסף הרופא" לשעבר). מחוץ לכתלי המחלקה מבצע ד"ר אייל ניתוחים בבתי חולים פרטיים במדיקל סנטר בהרצליה ובאסותא שברמת החייל. המטופלים של ד"ר גיל אייל מעידים כי תמיד מצאו אוזן קשבת לשאלותיהם ובקשותיהם במהלך ההכנה לניתוח החלפת מפרק הברך / החלפת מפרק הירך וכן לאחריו.

medspace מרכז גירון, ז'בוטינסקי 3, רעננה | *2950 | drgileyal@gmail.com

