

پارگی منیسک زانو



زیر عنوان: «آشنایی با علائم،
درمان و مراقبت‌های قبل و
بعد از عمل

پارگی منیسک زانو



تهیه کننده: مهدی کوهساری
با نظارت دکتر نظری

🏥 درمان جراحی

آرتروسکوپی ترمیم یا برداشت قسمت پاره شده

برداشتن منیسک جزئی یا کامل

پیوند منیسک در جوانان خاص

🧑 مراقبت‌های بعد از درمان

کمپرس سرد و بالا نگه داشتن پا

مصرف دارو طبق تجویز پزشک

فیزیوتراپی منظم

پرهیز از نشستن دو زانو

بازگشت به فعالیت تدریجی



🌿 زانوهای سالم، زندگی فعال!

منبع: 1. برونر و سودارث،
اصول مراقبت پرستاری
داخلی - جراحی

💊 درمان غیرجراحی

- ✓ استراحت و محدود کردن حرکت
- ✓ یخ هر ۲ ساعت ۱۵ دقیقه
- ✓ بالا نگه داشتن پا
- ✓ بانداژ و زانوبند
- ✓ داروهای ضد التهاب ایبوپروفن
- ✓ فیزیوتراپی و تمرینات ران
- ✓ استفاده از عصا در مراحل درد



علائم: 🚨

درد خط مفصل

خش خش و قفل شدن زانو

ورم و التهاب

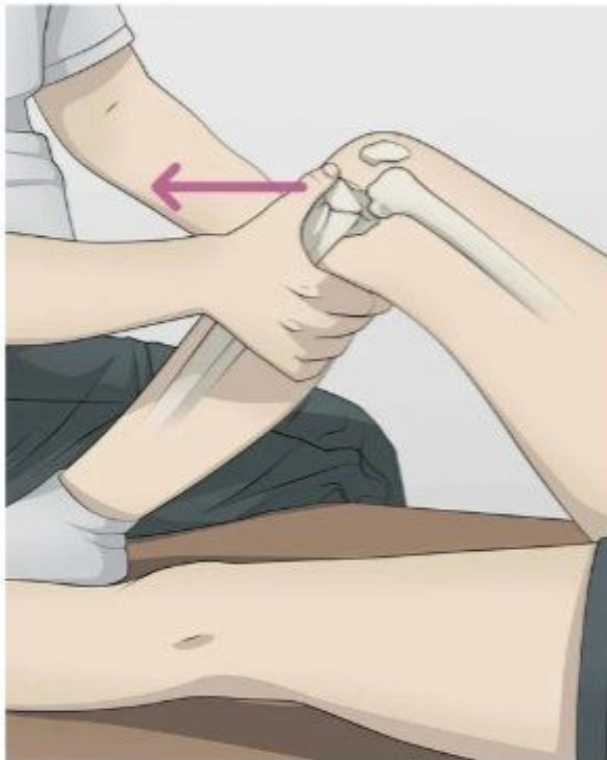
محدودیت حرکتی

تشخیص: 🔍

تست MCMURRAY / APLEY

MRI

آرتروسکوپی



انواع پارگی مینیسک
زانو از نظر شکل و
شدت:
از نظر شکل پارگی

طولی (Longitudinal)
Tear): پارگی در امتداد
طول مینیسک

شعاعی (Radial Tear): از
مرکز مینیسک به سمت
لبه گسترش دارد

افقی (Horizontal Tear):
در امتداد سطح مقطع
مینیسک

دسته سطلی (Bucket
Handle): بخشی از
مینیسک جدا می شود و
مانند دسته سطل
درون مفصل گیر
می کند

کمپلکس (Complex)
Tear): ترکیبی از چند
نوع پارگی

شدت ها:
● فقط بخشی: (PARTIAL) پارگی ناقص
از ضخامت پاره شده - درمان معمولاً

غیر جراحی
● پارگی تمام: (COMPLETE) پارگی کامل
ضخامت - اغلب نیاز به جراحی

تعریف و نقش
مینیسک

مینیسک دو غضروف
هلالی بین استخوان
ران و ساق است که
نقش ضربه گیر دارد.
در اثر چرخش ناگهانی
یا ضربه ممکن است
پاره شود.

علل شایع:
چرخش ناگهانی زانو
نشستن طولانی
ضربه مستقیم
فرسودگی در سن بالا

