



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی، درمانی گیلان
مرکز آموزشی - درمانی پورسینا
بخش جراحی مغز و اعصاب

دیسک گردن

Cervical Disc



تهیه و تنظیم: ماریا کاظم زاده - پرستار
زیر نظر سوپروایزر آموزشی

مراقبت های لازم در منزل

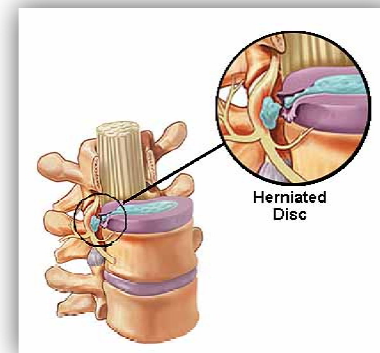
باید بخیه ها خشک و تمیز نگهداشته شده و پانسمان داشته باشد.

- در صورت تب، قرمزی، تحریک، ترشح و افزایش درد (علایم عفونت) به پزشک مراجعه نماید و دوره درمانی آنتی بیوتیک تکمیل شود



- از نشستن و ایستادن بیش از ۳۰ دقیقه اجتناب گردد. از تشک و صندلی مناسب استفاده شود.
- کفش پاشنه کوتاه پوشیده شود.
- عدم بالا و پایین رفتن از پله ها
- بیمار باید در تمام مواقع گردنبند ببندد.
- در صورت دستور پزشک، ناحیه گردن روزی ۲ بار با صابون بصورت ملایم شسته شود.
- در صورت باز بودن گردنبند، گردن باید ثابت نگهداشته شود.
- در هنگام استحمام حتما باید از پانسمان ضد آب استفاده شود.

برای رفع خستگی دهان از آدامس بدون قند و همچنین از مایعات فراوان استفاده نمایید.



آموزش بعد از عمل دیسک گردن

بیمار باید به مدت ۱۲ تا ۲۴ ساعت در وضعیت صاف در تخت استراحت نماید و گردن در وضعیت خنثی قرار گیرد.
هنگام تغییر وضعیت، افراد خانواده به بیمار کمک کنند تا سر، شانه و سینه در یک امتداد باشند. همچنین بیمار باید از گردنبند استفاده نماید.

دیسک گردن چیست ؟

درد و سفتی در گردن ، راس شانہ ها ، اندام های فوقانی سر همراه با ضعف حسی و کرختی اندام های فوقانی را دیسک گویند .

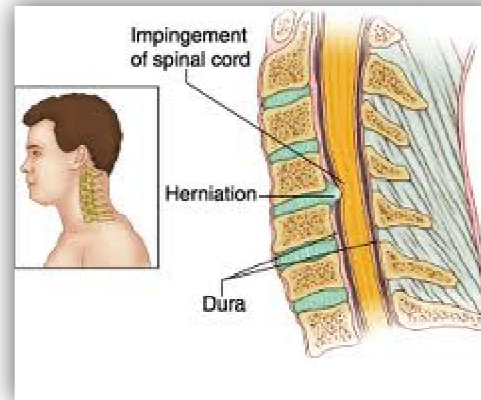


عوارض احتمالی

- اختلالات عصبی
- اختلال در عملکرد مٹانه و روده

بررسی های تشخیصی

- علایم بالینی
- MRI
- سی تی اسکن
- میلو گرام



درمان

- استراحت و بی حرکتی گردن
- استفاده از بریس یا کشش
- تجویز مسکن ها مثل داروهای ضد التهاب غیر تیروئیدی (آسپرین ، بروفن ، ناپروکسن)

- داروهای شل کننده عضلانی مانند متوکاربامول ، کورتن ، متاکسالون
- عمل جراحی

آموزش فعالیت

توصیه می گردد بیمار به مدت ۱ تا ۳ روز بر روی تشک سفت استراحت کند و از کمپرس آب گرم و مرطوب به مدت ۱۰ الی ۲۰ دقیقه در پشت گردن چند بار در روز استفاده نماید . (سبب کاهش درد و شلی عضلات سفت می شود)

در صورت عدم درد توصیه به ورزش های ایزومتریک گردن (منقبض کردن عضلات گردن) می گردد . در صورت تجویز داروهای ضد التهاب ، این داروها با غذا مصرف شده و در صورت بروز عواملی چون تاری دید ، وز وز گوش ، منقبض شدن عضلات گردن (علایم مسمومیت با دارو) می شود که باید با پزشک مشورت نمایید .

از انجام کلیه فعالیت های خطرناک که نیاز به هوشیاری کامل دارد مانند رانندگی ، پرهیزید .