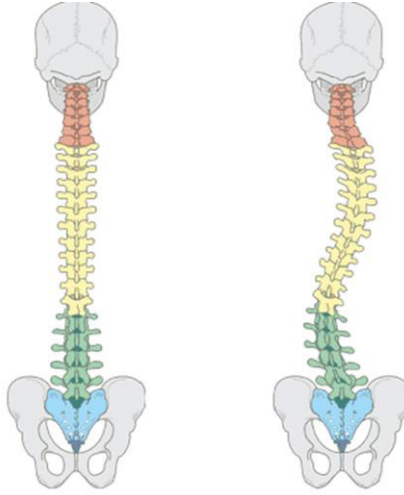




تجمع الرياض الصحي الثاني
Riyadh Second Health Cluster



العلاج الطبيعي بعد عملية تصحيح الجنف

Physical Therapy Post Scoliosis Correction

الجنف هو انحناء العمود الفقري إلى إحدى الجانبين. قد يؤدي الى دوران في الفقرات وبروز أحد جانبي الحوض أو أحد الكتفين مشكلاً حذبة.

دور العلاج الطبيعي

إذا خضع المريض لعملية تصحيح الجنف فإنه يبدأ برنامج العلاج الطبيعي لتقوية عضلاته وتدريبه، ويركز العلاج ما بعد العملية على:

- اعتماد المريض على نفسه أثناء حركته في السرير، حيث يمكنه الجلوس على حافة السرير مع الحفاظ على الوضعية الصحيحة للعمود الفقري.
- تمكين المريض من المشي والتوازن على الأقل 20-30 متر فأكثر.
- تمكين المريض من صعود ونزول الدرج بخطوات متبادلة مع إمساك سياج الدرج بيد واحدة.

قبل العملية الجراحية

يقوم أخصائي العلاج الطبيعي بتقييم المدى الحركي وقوة العضلات والنشاط البدني للمريض و تدريب المريض على الاحتياطات اللازمة بعد العملية وهي:

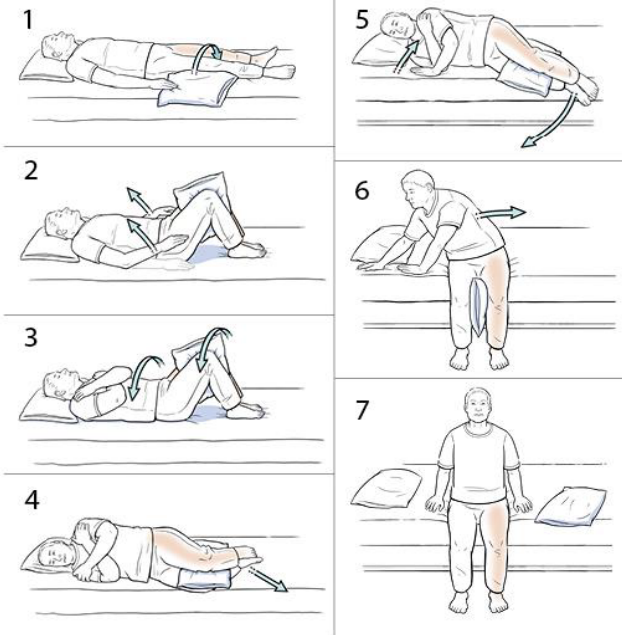
- عند تغيير وضع المريض في السرير يجب الالتفاف بحركة واحدة دون أحداث دوران للعمود الفقري.
- يمنع المريض من حمل الأشياء الثقيلة إلى مدة تتراوح من 6 شهور الى سنة.
- يمنع بعد العملية من ثني الجذع للأمام مثل الركوع في الصلاة والالتفاف بالعمود الفقري لمدة 6 شهور.
- في حال رغب المريض بأخذ شيء من الأرض، يقوم بثني الركبتين والنزول للأرض مع بقاء الجذع بشكل ثابت ومستقيم.



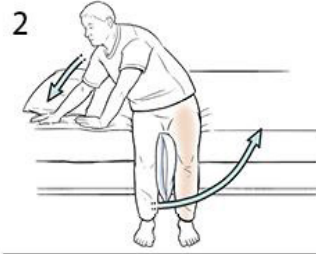
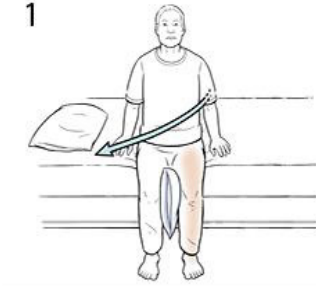
بعد العملية الجراحية

يبدأ العلاج الطبيعي في اليوم الأول بعد العملية
بتدريب المريض على الالتفاف بحركة واحدة من دون
إحداث دوران للعمود الفقري:

• كيفية الالتفاف والنزول من السرير



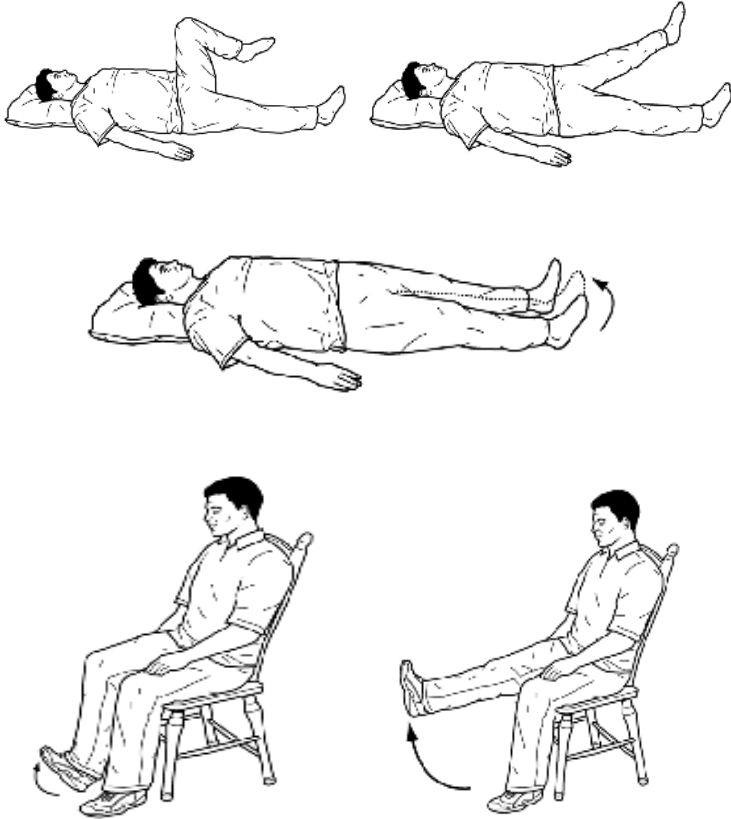
• كيفية العودة للسريـر



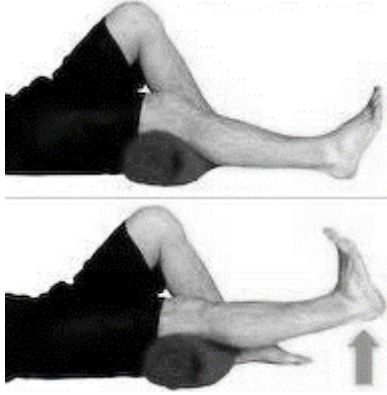
- الجلوس على الكرسي مع تجنب الوضعية القائمة (زاوية 90 درجة)، أي أن يجلس المريض بشكل مائل مع استخدام مخدة لدعم الظهر.
- يجلس المريض على الكرسي ثلاث مرات يوميا ما بين (15-30) دقيقة.
- يبدأ المريض المشي من اليوم الأول بعد العملية مع أخصائي العلاج الطبيعي بما يعادل (5-10) خطوات ثلاث مرات ويتم زيادة معدل الخطوات يوميا.
- يتم تدريب المريض على صعود ونزول الدرج في اليوم الثاني بمعدل درجتين الى ثلاث درجات ويضاعف ذلك في اليوم الثالث.
- يستخدم الحزام الطبي للجذع إذا كانت حالة المريض تتطلب ذلك.

تمارين

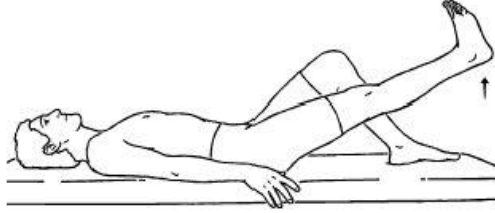
تمارين المدى الحركي لمفاصل الجزء السفلي:



تمرين تقوية العضلة الرباعية:



تمرين استطالة عضلات الفخذ الخلفية:



جميع تعليمات وتمارين العلاج الطبيعي تتطلب



متابعة من قبل الأهل.

لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

قسم العلاج الطبيعي

مستشفى التأهيل

HEM1.18.000390



@Kfmc_Riyadh



King-fahad-medical-city



KfmcRiyadh



8001277000