

무릎 수술 전, 후 안내



 **메디스포 정형외과**

수술 전에는 무엇을 하나요?

■ 수술 전 검사는 _____ 월 _____ 일 _____ 시입니다.

1) 수술 전에 시행되는 일반적인 검사

- 혈액 검사 : 혈구 수 검사, 혈액형 검사, 수혈반응 검사, 혈액응고 검사, 간기능 검사, 신장기능 검사
- 흉부 X-ray 촬영
- 심전도 검사
- 요분석(소변 검사)

※ 검사 결과는 수술날짜 기준으로 한달 전 결과까지만 유효하며 검사 결과에 이상이 있을 시에는 위험도 평가를 위해 해당되는 진료과에서 검사를 해야 합니다.

2) 약물복용 확인

아스피린과 그 계통의 약물은 혈액이 응고되는 시간을 지연시키기 때문에 수술 시 지혈이 잘 되지 않습니다.

3) 스포츠기능 검사

수술 전과 수술 후 양쪽의 근력차이 평가를 위한 근력 검사와 기능을 평가하기 위한 설문지 검사와 밸런스 검사를 실시합니다.

이는 수술 전에 시행했던 검사를 기준으로 얼마만큼 회복이 되었는지, 혹은 앞으로 얼마만큼 더 회복해야 하는 지에 대한 중요한 지표가 될 수 있습니다.



수술 전에는 무엇을 하나요?

- 입원은 ____ 월 ____ 일입니다 (목발, 보조기, 얼음팩 있는 경우 가져오십시오.)
- 수술은 ____ 월 ____ 일입니다.

1. 수술 전 주의사항

- 1) 자정부터 금식합니다.
- 2) 항생제 피부반응 검사를 합니다.
- 3) 수술동의서와 마취동의서를 작성합니다.

금 식
(물도 안됩니다)



- 4) 수술할 부위에 있는 털은 수술할 때 소독하기 어렵기 때문에 균 제거 및 상처부위 감염 예방을 위해 수술 제모크림을 이용하여 제모합니다.
- 5) 속옷 상의, 안경, 악세서리, 틀니, 피어싱 등은 제거합니다.
- 6) 휴식과 수면 : 수술 전 휴식을 잘 취한 환자는 수술과 관련된 스트레스를 대처해 나가는 데 도움이 되므로 숙면을 취하는 것이 좋습니다.
- 7) 수술 중 보호자는 수술실 앞 대기실에서 대기하여 주십시오(수술 현황판이 있어 수술진행 상황을 알 수 있습니다.). 수술 전 마취를 하고 수술준비를 하는 시간, 마취에서 깨어나 회복하는 시간까지를 합하면 대략적으로 수술실에 입실해 수술 및 회복 후 병동으로 다시 돌아오는 시간은 2~3시간 정도입니다.

수술 후에는 무엇을 하나요?

1. 수술 후 주의사항

- 1) 수술 후 4시간 동안 금식을 유지하고, 그 후 물 섭취 가능합니다. 물 섭취 후 복부 불편감이 없으면 죽 → 밥으로 식이 진행을 합니다.



- 2) 척수마취(하반신마취)를 하였을 경우 6시간 동안 절대 침상안정 및 머리를 들거나 일어나 앉는 행동은 금기입니다. 전신마취를 하였을 경우에는 수술 후 심호흡 및 기침을 자주 하고 두 시간 이상 깨어 있어야 합니다.



- 3) 무통제(통증자가조절장치)를 달고 나오며 사용방법은 간호사가 설명합니다.
- 4) 다리압박얼음보조기와 압박스타킹을 수술실에서 적용하고 나오는 경우도 있습니다. 아닌 경우 병동에서 수술한 다리에 압박스타킹을 신습니다.

수술 후에는 무엇을 하나요?

1. 수술 후 주의사항

- 5) 수술부위에 얼음찜질을 해야 하며 한번에 30분 정도 적용하고 한 시간 휴식하도록 합니다.
- 6) 수술부위는 베개를 이용하여 올려놓도록 합니다.



- 7) 수술 후 수술부위의 분비물 배액을 해주는 주머니 또는 자가수혈기를 삽입하고 나올 수 있습니다. 배액량에 따라 수술 후 1~2일에 제거합니다.
- 8) 수술 부위에 반 기브스를 대거나 또는 압박붕대를 적용하고 나오며 퇴원 시점에 제거하거나, 벨크로 형식의 반 기브스 또는 통 기브스로 교체할 수도 있습니다. 수술부위에 따라 보조기를 착용할 수도 있습니다.
- 9) 근 이완제를 섞은 수액 및 지혈제, 염증치료제, 항생제 주사를 맞습니다.
- 10) 수술 후 1~2일째에 상처부위 소독을 실시합니다. 자연적으로 녹는 실을 사용하기 때문에 실밥은 없으며, 수술 후 2주째부터 샤워가 가능합니다. 통목욕은 한 달 후 가능합니다.

수술 후에는 무엇을 하나요?

2. 보행

수술 부위 다리는 □ 전체 □ 부분 □ 비 체중 부하해야 합니다.

3. □ 보조기

수술 후 보조기는 무릎 관절이 앞으로 또는 뒤로 빠지거나 뒤틀리는 것을 방지해 줍니다. 운동하거나 쉴 때는 보조기를 착용하지 않아도 되지만 외출 시에는 반드시 보조기를 착용하는 것이 좋습니다.

보조기 착용 기간은 총 _____ 주입니다.
(보조기 각도는 _____ 주까지 _____ 도로 고정하십시오.)



수술 후에는 무엇을 하나요?

4. □ 목발

수술 후 목발은 수술한 다리를 지지하는 역할을 합니다. 목발을 이용하여 걷는 방법은 목발과 함께 수술한 다리가 앞으로 가고 겨드랑이에서는 10cm 정도 떨어뜨리는 것이 좋습니다.



목발 사용 기간은 _____ 주 입니다.

5. □ 지속적 수동 운동 (Continuous Passive Motion : CPM)

관절의 강직을 막기 위해 수술 후 CPM 기기를 이용하거나 능동적으로 관절가동 범위 운동을 실시합니다. 2~3주내로 120도 이상 달성되도록 합니다.



퇴원은 어떻게 진행되나요?

■ 별다른 이상이 없는 한 _____ 요일에 퇴원합니다.

1. 퇴원수속

- 1) 퇴원은 오전 11시~12시에 가능합니다.
- 2) 퇴원 교육 시 다음 외래 방문 날짜를 확인하고, 1층 원무과에서 퇴원정산 후 병동 간호사실로 올라와서 퇴원 약을 받아 퇴원하면 됩니다.
- 3) 경우에 따라 퇴원 후 스포츠의학센터에 방문하여 수술 후 재활운동에 대해 교육 받고 귀가하면 됩니다.

2. 퇴원 후 주의사항

- 1) 퇴원 후 수술부위에 무리한 힘이 가해지지 않도록 주의합니다.
- 2) 집에서도 수술 부위에 얼음찜질을 하도록 합니다.
- 3) 수술부위에 물이 들어가지 않게 주의합니다.
- 4) 수술부위가 오염되거나 부착한 밴드가 떨어질 경우 가까운 병원에서 소독하면 됩니다.
- 5) 감기 등의 증세 없이 열이 계속 나거나 수술 부위가 빨갛게 되고 누르면 심하게 아플 때 그리고 수술 부위의 갑작스런 통증이 있을 때에는 바로 병원으로 오도록 합니다.

3. 외래 방문 일정

수술 후 첫 3주째 외래에 방문하게 되며 경우에 따라 수술 후 6주, 3개월, 6개월, 1년, 2년째에 방문 예정입니다.

4. 스포츠의학센터 방문 일정

정형외과 외래 방문 기간 외 재활 진행 정도에 따라 추가 방문하는 것이 좋습니다.

Q & A

Q. 퇴원 후 집에서 얼음찜질과 압박스타킹을 해야 하나요?

A. 수술부위 통증과 부종경감을 위해 퇴원 후에도 지속적으로 얼음찜질을 하고 압박스타킹을 착용할 것을 권장합니다. 통상적으로 무릎 수술 후 부종이 경감되기까지의 기간은 최대 3~6개월입니다. 따라서 얼음찜질 및 압박스타킹을 착용 하고 일상생활 시 다리를 자주 올려 놓는 것이 좋습니다.



Q. 바로 운전할 수 있나요?

A. 대부분의 수술이 운전 가능한 정도의 30도 무릎 굴곡이 가능하므로 퇴원 후 운전이 가능하나 만일의 응급상황이 일어날 경우 수술한 무릎으로 인해 반사신경 및 대처능력이 떨어질 수 있으므로 가능한 하지 않는 것이 좋습니다. 일상생활로의 복귀가 가능한 시점에서 운전하는 것을 권장합니다.

Q & A

Q. 집에 가서 샤워해도 되나요?

A. 수술 후 1~2일째에 상처부위의 소독을 실시하고 방수밴드를 부착합니다. 자연적으로 녹는 실을 사용하기 때문에 실밥은 없으며 퇴원 후에도 주기적으로 소독을 받지 않아도 됩니다. 수술 후 2주 전까지는 상처부위를 피해서 씻어야 합니다. 2주 후 부터는 방수밴드를 떼어내고 샤워 가능하며 통목욕은 한 달 후 가능합니다. 퇴원 후 방수밴드가 오염되거나 떨어질 경우 가까운 병원에서 소독 받으면 됩니다.

