

שחזור רצועה צולבת אחורית של הברך – מידע למטופל המיועד לניתוח

הנך מיועד/ת לניתוח לשחזור רצועה צולבת אחורית של הברך. בניתוח בונה המנתח רצועה חליפית לרצועה שנפגעה. מטרת הניתוח הנה להחזיר לברך את יציבותה ולאפשר למטופל פעילות חופשית. קרע של הרצועה הצולבת האחורית מטופל לרוב שמרנית ללא ניתוח. הסיבות לניתוח הן כשל בטיפול שמרני או קרע של הרצועה הצולבת האחורית יחד עם מבנים נוספים הגורמים לברך להיות מאוד לא יציבה.

הרדמה ומשך הניתוח:

הניתוח מבוצע לרוב בהרדמה כללית ובנוסף הרדמה מקומית של הברך ונמשך בין 80-120 דקות (יש להוסיף לכך את זמן ההרדמה וההתעוררות מהניתוח).

מהלך הניתוח

לאחר ההרדמה והשלמת הכיסוי הסטרילי, מכין המנתח את השתל לרצועה. המנתח יכול לבחור בשתל גיד מהמטופל או בשתל מבנק של גידים. לרוב נקח שני גידים מגידי הירך האחורית – המסטריןג, או שתל גיד עבה יותר מבנק גידים. לאחר מכן תבוצע ארטרוסקופיה של הברך להערכת מבני הברך השונים וטיפולו בעיות נוספות כגון קרעים במניסקוסים או נזק סחוס. המנתח יבצע נקודת כניסה נוספת בחלק האחורי של הברך, דרכה יכניס מצלמה או כלי עבודה. שארית הרצועה הקרועה תנוקה ויקדחו תעלות בעצם הירך ובעצם השוק, במיקום בו נמצאה הרצועה הצולבת האחורית המקורית. לאחר השלמת התעלות מועבר השתל למקומו בתעלות ומקובע בעזרת חוטים, כפתור או ברגים יעודיים כתלות בטכניקה. לאחר מכן יבוצע תיקון מבנים רצועתיים נוספים אם יש בכך צורך.

טווחי התנועה ויציבות הברך נבדקים בחדר הניתוח. החתכים נסגרים בתפרים. בסיום הניתוח מוזרק חומר מאלחש לברך עצמה ולאזור ממנו נלקחים הגידים. הברך נחבשת ומקובעת בסד צירים יעודי כאשר הוא נעול ביישור.

המלצות לימים הראשונים שלאחר הניתוח:

- ✓ לאחר הניתוח מומלץ להשתמש בקביים. אין לדרוך על הרגל בחודש הראשון. יש צורך בסד צירים – נעול ביישור או סד יעודי לפגיעת PCL.
- ✓ חשוב לקרר הברך עם קרח (שקיות תירס קפוא למשל) במהלך השבועיים שלאחר הניתוח וליטול משככי כאבים לפי צורך.
- ✓ אין להרטיב החתכים ביומיים הראשונים. לאחר מכן, ניתן לשטוף החתכים במקלחת. אין להכנס לבריכה או לים בשבועיים הראשונים לאחר הניתוח. גם במקלחת יש להקפיד על ברכך ישרה (מקלחת בשיבה עם רגל מורמת על שרפרף למשל).
- ✓ פיזיותרפיה יש להתחיל מיד בסיום הניתוח בשבוע הראשון. יש להשתמש בפרוטוקול יעודי לשחזור רצועה צולבת קדמית

בכל מקרה של עליית חום מעל 38⁰, נפיחות קשה בברך או כאבים בלתי נסבלים יש ליצור קשר

עם ד"ר רשף – המנתח.

חזרה לשגרה:

השיקום המלא מניתוח שחזור רצועה צולבת אחורית נע סביב 9-12 חודשים. אין לדרוך על הרגל בתקופה הראשונה. התקדמות התפקוד תלויה בשלבי השיקום הפיזיותרפי. חזרה לתפקוד יומיומי רגיל צפויה כ-4-8 שבועות לאחר הניתוח, פעילות מאומצת קלה סביב 3 חודשים וחזרה לספורט מלא ללא הגבלה כ-9-12 חודשים לאחר הניתוח. נהיגה אפשרית כאשר ההליכה תקינה ולא כאבים.