

הנחיות למטופל לקראת ניתוח כתף

מטופלים ומטופלות יקרים, לקראת הניתוח שלכם, בין אם מדובר בארתרוסקופיה של הכתף, ניתוח לקיבוע שבר או החלפת מפרק, חשוב להקפיד על ההנחיות הבאות. הקפדה מדויקת תסייע למנוע דחיות מיותרות, לצמצם סיבוכים ולקדם החלמה מהירה.

1. בדיקות מקדימות

- **בדיקות דם** — לכל המטופלים, בכל גיל: ספירת דם, כימיה (כולל תפקודי כליה ואלקטרוליטים), תפקודי קרישה (PT, PTT, INR) וסוג דם.
- **א.ק.ג (אק"ג)** — לכל מטופל מגיל 40 ומעלה, וכן למטופלים צעירים יותר עם רקע של מחלת לב, יתר לחץ דם, סוכרת או גורמי סיכון קרדיווסקולריים.
- **צילום חזה** — לכל מטופל מגיל 60 ומעלה, מעשנים כבדים, וכן מטופלים עם רקע ריאתי, COPD, אסתמה משמעותית או רקע קרדיאלי.

יש להביא את כל תוצאות הבדיקות בעותק מודפס ביום הניתוח.

2. צום לפני הניתוח

הקפדה על הצום היא תנאי בטיחותי קריטי לביצוע ההרדמה.

- **מזון מוצק, חלב ומוצרי חלב:** יש להפסיק 6 שעות לפני שעת ההגעה לבית החולים.
- **נוזלים צלולים (מים, תה ללא חלב, מיץ מסונן ללא רסק):** מותרים עד שעתיים לפני הניתוח.
- **עישון, לעיסת מסטיק וסוכריות:** אסורה ביום הניתוח.

מטופלים הנוטלים תרופות לירידה במשקל מקבוצת GLP-1 (אוזמפיק / Ozempic, וגובי / Wegovy, מונג'רו / Mounjaro, סקסנדה / Saxenda, טרוליסטי / Trulicity ודומותיהן):

- **בזריקה שבועית** — יש להפסיק את הנטילה **שבוע מלא** לפני הניתוח.
- **בזריקה או כדור יומיים** — יש להפסיק לפחות **24 שעות** לפני הניתוח.
- **בנוסף,** מומלץ להאריך את הצום ממזון מוצק ל-12 שעות לפני הניתוח, מאחר שתרופות אלה מאטות את התרוקנות הקיבה ומעלות את הסיכון לאספירציה.

יש לעדכן אותי מראש על כל תרופה שאתם נוטלים, ובמיוחד על תרופות לדילול דם (אספירין, קומדין, אליקוויס, פרדקסה, פלוויקס וכו') — אלו דורשות תיאום מוקדם לגבי מועד ההפסקה. **נא להפסיק תוספי תזונה** כשבוע וחצי לפני הניתוח. תוספי תזונה דוגמת אומגה 3, שום שחור ועוד גורמים לדילול דם ולדימום מוגבר בניתוח. נא להפסיק לכן השימוש בהם 10 ימים לפני הניתוח.

3. רחצה והיגיינה

- **בערב שלפני הניתוח ובבוקר הניתוח** — יש להתקלח שתי מקלחות עם סבון אנטיספטי המכיל כלורקסידין (Septal Scrub / Hibiscrub) או, לחלופין, סבון רגיל בשפע. יש לחפוף את כל הגוף, ובמיוחד את אזור הכתף, בית השחי וצד הגוף הרלוונטי. לאחר השפשוף יש להשאיר את הסבון על העור כדקה לפני השטיפה.
- יש להחליף לבגדים נקיים ולישון על מצעים נקיים.
- בבוקר הניתוח — אין למרוח קרמים, דאודורנט, בושם, איפור או שמן.
- יש להסיר לק מהציפורניים, תכשיטים, פירסינג, עדשות מגע ושיניים תותבות לפני ההגעה.

4. בדיקת נשאות MRSA (משטח מהאף)

כשבועיים לפני הניתוח יש לבצע משטח אף לאיתור חיידק הסטפילוקוקוס העמיד (MRSA) — הבדיקה מתבצעת במרפאה הטרומ-ניתוחית או בקופת החולים. במקרה של תוצאה חיובית יש להתחיל טיפול כדלהלן: משחת מופירוצין (Bactroban) באף + מקלחות יומיות עם סבון כלורקסידין למשך 5 ימים לפני הניתוח.

5. גילוח אזור הניתוח

אין לגלח את אזור הכתף, בית השחי או החזה בבית! גילוח בסכין מגלח גורם לפצעים מיקרוסקופיים בעור ומעלה משמעותית את הסיכון לזיהום ניתוחי. במידת הצורך, הצוות יבצע סילוק שיער ביום הניתוח באמצעות גוזם חשמלי (clipper) המיועד לכך.

6. ביום הניתוח — מה להביא

- תעודת זהות, כרטיס קופת חולים וטופס התחייבות / טופס 17.
- תוצאות הבדיקות (דם, א.ק.ג, צילום חזה, משטח MRSA).
- **כל בדיקות הדימות של הכתף שברשותכם** — צילומי רנטגן, MRI, CT — בתקליטור (CD).
- רשימת תרופות מסודרת (שם, מינון, תדירות).
- **מתלה כתף (Arm Sling) פשוט** — ניתן לרכוש מראש בבית מרקחת או בחנות לציוד אורתופדי.
- חולצה רחבה הנפתחת מלפנים בכפתורים (מקלה משמעותית על ההלבשה לאחר הניתוח), נעליים נוחות ללא שרוכים, ותיק קטן לחפצים אישיים.

7. יצירת קשר

לכל שאלה, אי-בהירות או שינוי במצב הבריאותי לפני הניתוח (חום, שיעול, פצע פתוח, מחלה חדשה) — אנא צרו קשר עמי בהודעת ווטסאפ לנייד: **055-9117505**

בהצלחה,

ד"ר מיכאל תמר

מומחה לכירורגיה אורתופדית

כירורגיה של הכתף

מ.ר. 118441 מ.ר.מ. 38880