

下腿一骨切り術（木曜日手術） 患者さんパスシート(No.1)

ID		診療科名	
氏名		入院予定期間	入院日
生年月日			退院日

月日	/
経過	入院1日目（手術前日）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> 手術について理解しましょう。 麻酔について理解しましょう。 
治療	<ul style="list-style-type: none"> 特にありません。
薬	<ul style="list-style-type: none"> 医師、薬剤師が確認し継続するかどうか判断します。
検査	<ul style="list-style-type: none"> 13時から16時の間に麻酔科の診察があります。
処置	<ul style="list-style-type: none"> 弾性ストッキングのサイズを測ります。 手術する足の切毛を行います。
観察	<ul style="list-style-type: none"> 咳や熱などの感冒症状がある場合は看護師にお知らせください。
活動	<ul style="list-style-type: none"> 制限はありません。
食事	<ul style="list-style-type: none"> 21時から食べられません。 午前9時の場合：24時まで飲水できます。 9時以降の場合：手術当日6時間前まで飲水できます。
清潔	<ul style="list-style-type: none"> シャワーを浴びることができます。
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> 入院生活についてご説明します。 転倒、転落の危険性、予防方法についてご説明します。 整形外科医師より手術前日までに手術の説明を行います。（外来で、すでに行っていることもあります。） 手術前日の午後、麻酔科医師から外来で麻酔についての説明を行います。外れやすい歯や、ぐらつく歯がある場合は、事前に看護師へお知らせ下さい。 看護師より手術前後の処置や腓骨神経麻痺の予防、必要な物品について説明を行います。（別紙1参照） 手術に使用する、浴衣、バスタオル、T字帯を各1枚をご準備下さい。

このパスシートは、診療計画の概要をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
 なお、病状に応じて変更することがありますが、その時はお知らせしますのでご了承下さい。

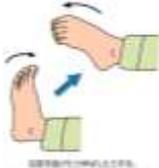
下腿一骨切り術（木曜日手術） 患者さんパスシート(No.2)

ID		診療科名	
氏名		入院予定期間	入院日
生年月日			退院日
月日	/		
経過	入院2日目 手術当日(手術前)		
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> 手術の目的や、必要性を理解し、手術室に入る準備をしましょう。 		
治療	<ul style="list-style-type: none"> 手術開始が午後になる場合は、手術室に行く前に点滴を行います。 		
薬	<ul style="list-style-type: none"> 医師の指示で内服がある場合にはお伝えします。 		
検査	<ul style="list-style-type: none"> 特にありません。 		
処置	<ul style="list-style-type: none"> 深部静脈血栓症予防のため、ストッキングを履いて手術室に向かいます。 		
活動	<ul style="list-style-type: none"> 特に制限はありませんが、病室を離れる場合は看護師に声をかけ所在が分かるようにしてください。 		
食事	<ul style="list-style-type: none"> 食事はできません。 午後手術の場合：手術6時間前まで飲水できます。 		
清潔	<ul style="list-style-type: none"> 起床後、洗面、歯磨き、髭剃りを行いましょう。 		
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> 手術室に向かう前に、浴衣に着替え、深部静脈血栓症予防のストッキングを履きます。 貴重品（指輪・時計・義歯・ネックレスなど）は金庫に入れ、金庫の鍵は看護師にお預けください。 		

このパスシートは、診療計画の概要をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
 なお、病状に応じて変更することがありますが、その時はお知らせしますのでご了承下さい。

下腿一骨切り術（木曜日手術） 患者さんパスシート(No.3)

ID		診療科名	
氏名		入院予定期間	入院日
生年月日			退院日

月日	/
経過	入院 2 日目 手術当日(手術後)
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> • 痛みや苦痛が強い場合は看護師へ伝えましょう。 • 深部静脈血栓症を予防するための足の運動を行いましょう。 • 安静度の範囲内で行動しましょう。
治療	<ul style="list-style-type: none"> • 術後点滴と抗生剤の点滴を行います。 • 酸素マスクをつけます。 • 点滴から痛み止めを流します。
薬	<ul style="list-style-type: none"> • 手術後、薬は基本的に飲みません。
検査	<ul style="list-style-type: none"> • 手術終了後、レントゲン撮影と採血があります。
処置	<ul style="list-style-type: none"> • 深部静脈血栓症の予防のため、術後は弾性ストッキングを着用し、足にマッサージの機械をつけます。
観察	<ul style="list-style-type: none"> • 血圧、脈拍、体温、呼吸状態、傷の状態(出血の有無、痛みの程度)について 1 時間ごとに観察させていただきます。
活動	<ul style="list-style-type: none"> • 帰室後はベッド上で安静にし、酸素投与が終了したら痛みの状況に応じ、車椅子に乗ることができます。 • 必要時体の向きを変える介助を行います。
食事	<ul style="list-style-type: none"> • 食事はできません。 • 水分は酸素マスクが外れれば水は飲むことができます。 <div style="text-align: right;"></div>
清潔	<ul style="list-style-type: none"> • 顔を拭く、口の中をきれいにするお手伝いをします。
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> • 手術後、点滴・膝に入っている管が引っ張られないように注意しましょう。 • 腓骨神経麻痺予防のため、腓骨頭（膝の外側にある突起）を圧迫しないよう注意しましょう。 拳上用枕から患肢が落ちた場合、足首にしびれや違和感、動かしくさを感じた場合は、すぐに看護師に伝えましょう。 • 深部静脈血栓症予防のため足首の運動をしましょう。 • 手術後は痛みなどの症状に対しお薬を使用します。遠慮なくお伝えください。 <div style="text-align: right;"></div>

このパスシートは、診療計画の概要をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
 なお、病状に応じて変更することがありますが、その時はお知らせしますのでご了承下さい。

下腿一骨切り術（木曜日手術） 患者さんパスシート(No.4)

ID		診療科名	
氏名		入院予定期間	入院日
生年月日			退院日
月日	/		
経過	入院3日目（術後1日目）		
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ・転倒予防について理解しましょう。 ・痛みが強い場合には我慢せずに看護師に伝えましょう。 ・深部静脈血栓症を予防するための足の運動を行いましょ。 		
治療	<ul style="list-style-type: none"> ・朝、夕に抗生剤の点滴があり、夕分の点滴が終了したら点滴の針を抜きます。 		
	<ul style="list-style-type: none"> ・患肢に装具をつけ、拳上しアイスノンで冷やします。 		
薬	<ul style="list-style-type: none"> ・以前から内服していた薬は、医師が確認してからになります。 ・朝・夕食後、痛み止めの内服薬が処方されます。 ・痛みが強いときは追加の痛み止めがあるので、看護師にお知らせください。 		
検査	<ul style="list-style-type: none"> ・朝食前に採血をします。 		
処置	<ul style="list-style-type: none"> ・膝に入っている管を抜く予定です。 ・車椅子に乗ることができたら、お小水の管を抜きます。 		
観察	<ul style="list-style-type: none"> ・血圧、脈拍、体温、呼吸状態、傷の状態(出血の有無、痛みの程度)、足の位置(腓骨頭が圧迫されていないか)、足首の背屈運動の有無について観察します。 		
活動	<ul style="list-style-type: none"> ・車椅子へ移動する練習をします。 ・病室で機械（CPM）を装着し、膝を曲げるリハビリを行います。 ・リハビリ室で立ち上がり、膝関節運動の訓練をします。 		
食事	<ul style="list-style-type: none"> ・朝食より食事が始まります。水分を多めに摂りましょう（1500ml以上/日） 		
清潔	<ul style="list-style-type: none"> ・体を拭くお手伝いをします。 		
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> ・痛み止めや抗凝固薬の内服方法について薬剤師から説明します ・術後の転倒予防について説明します。 ・深部静脈血栓症予防のため <ol style="list-style-type: none"> ①水分を多めに摂りましょう。 ②足首の運動をしましょう。 ③ストッキングやフットポンプは主治医の許可がでるまでは装着します。 ・理学療法士からリーフレット（別紙2）を使用し「自主トレーニング」の説明があります。 		

このパスシートは、診療計画の概要をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
 なお、病状に応じて変更することがありますが、その時はお知らせしますのでご了承下さい。

下腿一骨切り術（木曜日手術）

患者さんパスシート(No.5)

ID	
氏名	
生年月日	

診療科名		
入院予定期間	入院日	
	退院日	

月日	/ ~ /	
経過	入院 4～5 日目（術後 2～3 日目）	
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ・転倒予防について理解しましょう。 ・痛みが強い場合には我慢せずに看護師に伝えましょう。 ・深部静脈血栓症を予防するための足の運動を行いましょう。 	
治療	<ul style="list-style-type: none"> ・患肢に装具をつけ、拳上しアイスノンで冷やします。 	
薬	<ul style="list-style-type: none"> ・以前から内服していた薬は、医師が確認してからになります。 ・朝・夕食後、痛み止めの内服薬が処方されます。 ・痛みが強いときは追加の痛み止めがあるので、看護師にお知らせください。 	
処置	<ul style="list-style-type: none"> ・膝に入っている管を抜く予定です。 ・車椅子に乗ることができたら、お小水の管を抜きます。 	
観察	<ul style="list-style-type: none"> ・血圧、脈拍、体温、呼吸状態、傷の状態(出血の有無、痛みの程度)、足の位置(腓骨頭が圧迫されていないか)、足首の背屈運動の有無について観察します。 	
活動	<ul style="list-style-type: none"> ・車椅子へ移動する練習をします。 ・病室で機械（CPM）を装着し、膝を曲げるリハビリを行います。 ・リハビリ室で立ち上がり、膝関節運動の訓練をします。 	
食事	<ul style="list-style-type: none"> ・朝食より食事が始まります。水分を多めに摂りましょう。 	
清潔	<ul style="list-style-type: none"> ・体を拭くお手伝いをします。 	
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> ・痛み止めや抗凝固薬の内服方法について薬剤師から説明します ・術後の転倒予防について説明します。 ・深部静脈血栓症予防のため <ol style="list-style-type: none"> ①水分を多めに摂りましょう。 ②足首の運動をしましょう。 ③ストッキングやフットポンプは主治医の許可が得るまでは装着します。 	

このパスシートは、診療計画の概要をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
 なお、病状に応じて変更することがありますが、その時はお知らせしますのでご了承下さい。

下腿一骨切り術（木曜日手術） 患者さんパスシート(No.6)

ID		診療科名	
氏名		入院予定期間	入院日
生年月日			退院日
月日	/		
経過	6日目（術後4日目）		
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> 病室・リハビリ室でのリハビリを行いましょう。 転倒予防について理解しましょう。 深部静脈血栓を予防するために足の運動をしましょう。 		
治療	<ul style="list-style-type: none"> 患肢に装具をつけ、拳上しアイスノンで冷やします。 		
薬	<ul style="list-style-type: none"> 痛みが強いときは追加の痛み止めがあるので、看護師にお知らせください。 		
検査	<ul style="list-style-type: none"> 朝食前に採血があります。 		
処置	<ul style="list-style-type: none"> 傷の状態に応じて、必要時処置をします。 		
観察	<ul style="list-style-type: none"> 血圧、脈拍、体温、呼吸状態、傷の状態(出血の有無、痛みの程度)、足の位置（腓骨頭が圧迫されていないか）、足首の背屈運動の有無について観察します。 		
活動	<ul style="list-style-type: none"> 病室で機械（CPM）を装着して、膝を曲げるリハビリを行います。 リハビリ室で歩行練習を行います。（4点歩行器・松葉杖使用） 		
食事	<ul style="list-style-type: none"> 制限はありません。 		
清潔	<ul style="list-style-type: none"> 体を拭くお手伝いをします。 		
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> 術後の転倒予防について説明します。 深部静脈血栓症予防のため <ul style="list-style-type: none"> ①水分を多めに摂りましょう。 ②足首の運動をしましょう。 ③ストッキングやフットポンプは主治医の許可がでるまでは装着します。 医師の荷重指示を守って、リハビリを行いましょう。 <p>術後4日目 30% 術後7日目 50% 術後14日目 100% ※上記は目安であり、手術の方法や状態に応じ変わる場合がありますので、その都度医師より説明します。</p>		



このパスシートは、診療計画の概要をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。なお、病状に応じて変更することがありますが、その時はお知らせしますのでご了承下さい。

下腿一骨切り術（木曜日手術） 患者さんパスシート(No.7)

ID		診療科名	
氏名		入院予定期間	入院日
生年月日			退院日
月日	/ ~ /		
経過	入院 7~8 日目（術後 5~6 日目）		
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> 病室・リハビリ室でのリハビリを行いましょう。 転倒予防について理解しましょう。 深部静脈血栓を予防するために足の運動をしましょう。 		
治療	<ul style="list-style-type: none"> 患肢に装具をつけ、拳上しアイスノンで冷やします。 		
薬	<ul style="list-style-type: none"> 痛みが強いときは追加の痛み止めがあるので、看護師にお知らせください。 		
処置	<ul style="list-style-type: none"> 傷の状態に応じて、必要時処置をします。 		
観察	<ul style="list-style-type: none"> 血圧、脈拍、体温、呼吸状態、傷の状態(出血の有無、痛みの程度)、足の位置（腓骨頭が圧迫されていないか）、足首の背屈運動の有無について観察します。 		
活動	<ul style="list-style-type: none"> 病室で機械（CPM）を装着して、膝を曲げるリハビリを行います。 リハビリ室で歩行練習を行います。（4点歩行器・松葉杖使用） 		
食事	<ul style="list-style-type: none"> 制限はありません。 		
清潔	<ul style="list-style-type: none"> 体を拭くお手伝いをします。 		
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> 術後の転倒予防について説明します。 深部静脈血栓症予防のため <ul style="list-style-type: none"> ①水分を多めに摂りましょう。 ②足首の運動をしましょう。 ③ストッキングやフットポンプは主治医の許可がでるまでは装着します。 医師の荷重指示を守って、リハビリを行いましょう。 術後4日目 30% 術後7日目 50% 術後14日目 100% ※上記は目安であり、手術の方法や状態に応じ変わる場合がありますので、その都度医師より説明します。		

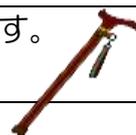


このパスシートは、診療計画の概要をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
 なお、病状に応じて変更することがありますが、その時はお知らせしますのでご了承下さい。

下腿一骨切り術（木曜日手術） 患者さんパスシート(No.8)

ID		診療科名	
氏名		入院予定期間	入院日
生年月日			退院日

月日	/
経過	入院9日目（術後7日目）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> • 病棟やリハビリ室でのリハビリを行いましょ。 • 痛みが強い場合は我慢せず看護師に伝えましょ。 • 転倒予防について理解しましょ。 • 深部静脈血栓を予防するために足の運動をしましょ。 • 退院後の生活についてイメージし、不安な事があれば医師や看護師に聞きましょ。
治療	• 医師の許可があるまで、患肢に装具をつけ、拳上しアイスノンで冷やします。
薬	• 痛みが強いときは追加の痛み止めがあるので、看護師にお知らせください。
検査	• 朝食前に採血があります。午前中にレントゲンがあります。
処置	• 傷の状態に応じて、必要時処置をします。
観察	• 血圧、脈拍、体温、呼吸状態、傷の状態(出血の有無、痛みの程度)、足の位置(腓骨頭が圧迫されていないか)、足首の背屈運動の有無について観察します。
活動	<ul style="list-style-type: none"> • 病室で機械（CPM）を装着して、膝を曲げるリハビリを行います。 • リハビリ室で歩行練習を行います。（4点歩行器・松葉杖使用）
食事	• 制限はありません。
清潔	• 傷が濡れないようにカバーをしてシャワー浴ができます。
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> • 術後の転倒予防について説明します。 • 深部静脈血栓症予防のため <ul style="list-style-type: none"> ①水分を多めに摂りましょ。 ②足首の運動をしましょ。 ③ストッキングやフットポンプは主治医の許可がでるまでは装着します。 • 医師の荷重指示を守って、リハビリを行いましょ。 術後7日目 50% 術後14日目 100% ※上記は目安であり、手術の方法や状態に応じ変わる場合があります。 • 術後7日目頃にベッド上で行う筋力トレーニング（別紙3）を使用し理学療法を行います。 • 退院後の注意点についてリーフレット（別紙4）を使用して説明します。



このパスシートは、診療計画の概要をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
 なお、病状に応じて変更することがありますが、その時はお知らせしますのでご了承下さい。

下腿一骨切り術（木曜日手術） 患者さんパスシート(No.9)

ID		診療科名	
氏名		入院予定期間	入院日
生年月日			退院日

月日	/ ~ /
経過	入院 10～12 日目（術後 8～10 日目）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> • 病棟やリハビリ室でのリハビリを行いましょ。 • 痛みが強い場合は我慢せず看護師に伝えましょ。 • 転倒予防について理解しましょ。 • 深部静脈血栓を予防するために足の運動をしましょ。 • 退院後の生活についてイメージし、不安な事があれば医師や看護師に聞きましょ。
治療	• 医師の許可があるまで、患肢に装具をつけ、拳上しアイスノンで冷やします。
薬	• 痛みが強いときは追加の痛み止めがあるので、看護師にお知らせください。
処置	• 傷の状態に応じて、必要時処置をします。
観察	• 血圧、脈拍、体温、呼吸状態、傷の状態(出血の有無、痛みの程度)、足の位置(腓骨頭が圧迫されていないか)、足首の背屈運動の有無について観察します。
活動	<ul style="list-style-type: none"> • 病室で機械を装着して、膝を曲げるリハビリを行います。 • リハビリ室で歩行練習を行います。(4点歩行器・松葉杖使用)
食事	• 制限はありません。
清潔	• 傷が濡れないようにカバーをしてシャワー浴ができます。
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> • 術後の転倒予防について説明します。 • 深部静脈血栓症予防のため <ul style="list-style-type: none"> ①水分を多めに摂りましょ。 ②足首の運動をしましょ。 ③ストッキングやフットポンプは主治医の許可がでるまでは装着します。 • 医師の荷重指示を守って、リハビリを行いましょ。 術後 7 日目 50% 術後 14 日目 100% ※上記は目安であり、手術の方法や状態に応じ変わる場合があります。



このパスシートは、診療計画の概要をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。なお、病状に応じて変更することがありますが、その時はお知らせしますのでご了承下さい。

下腿一骨切り術（木曜日手術） 患者さんパスシート(No.10)

ID		診療科名	
氏名		入院予定期間	入院日
生年月日			退院日

月日	/	/
経過	入院 13 日目（術後 11 日目）	入院 14～15 日目（術後 12～13 日目）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> • 病棟やリハビリ室でのリハビリを行いましょ。 • 痛みが強い場合は我慢せず看護師に伝えましょ。 • 深部静脈血栓を予防するために足の運動をしましょ。 • 転倒予防について理解しましょ。 • 退院後の生活についてイメージし、不安な事があれば医師や看護師に聞きましょ。 	
治療	• 医師の許可があるまで、患肢に装具をつけ、拳上しアイスノンで冷やします。	
薬	• 痛みが強いときは追加の痛み止めがあるので、看護師にお知らせください。	
検査	• 朝食前に採血があります。	• 特にありません。
観察	• 血圧、脈拍、体温、呼吸状態、傷の状態(出血の有無、痛みの程度)、足の位置(腓骨頭が圧迫されていないか)、足首の背屈運動の有無について観察します。	
活動	<ul style="list-style-type: none"> • 病室で機械を装着して、膝を曲げるリハビリを行います。 • リハビリ室で歩行練習を行います。(4点歩行器・松葉杖使用) 	
食事	• 制限はありません。	
清潔	• シャワーを浴びることができます。	
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> • 退院後の注意点についてリーフレット（別紙2）を使用して説明します。 • 深部静脈血栓症予防のため <ul style="list-style-type: none"> ①水分を多めに摂りましょ。 ②足首の運動をしましょ。 ③ストッキングやフットポンプは主治医の許可がでるまでは装着します。 • 医師の荷重指示を守って、リハビリを行いましょ。 <p style="margin-left: 20px;">術後 7 日目 50% 術後 14 日目 100%</p> <p style="margin-left: 20px;">※上記は目安であり、手術の方法や状態に応じ変わる場合があります。</p>	



このパスシートは、診療計画の概要をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
 なお、病状に応じて変更することがありますが、その時はお知らせしますのでご了承下さい。

下腿一骨切り術（木曜日手術） 患者さんパスシート(No.11)

ID		診療科名	
氏名		入院予定期間	入院日
生年月日			退院日

月日	/
経過	入院 16 日目（術後 14 日目）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ・病棟やリハビリ室でのリハビリを行いましょ。 ・痛みが強い場合は我慢せず看護師に伝えましょ。 ・深部静脈血栓を予防するために足の運動をしましょ。 ・転倒予防について理解しましょ。 ・退院後の生活についてイメージし、不安な事があれば医師や看護師に聞きましょ。
治療	・医師の許可があるまで、患肢に装具をつけ、拳上しアイスノンで冷やします。
薬	・痛みが強いときは追加の痛み止めがあるので、看護師にお知らせください。
検査	・午前中にレントゲンがあります。
処置	・創部の抜糸を行います。
観察	・血圧、脈拍、体温、呼吸状態、傷の状態(出血の有無、痛みの程度)、足の位置(腓骨頭が圧迫されていないか)、足首の背屈運動の有無について観察します。
活動	<ul style="list-style-type: none"> ・病室で機械を装着して、膝を曲げるリハビリを行います。 ・リハビリ室で荷重歩行、膝関節運動の訓練をします。 ・歩行状態に応じて、1-2 本杖で階段の練習をしていきます。
食事	・制限はありません。
清潔	・シャワーを浴びることができます。
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> ・深部静脈血栓症予防のため <ul style="list-style-type: none"> ①水分を多めに摂りましょ。 ②足首の運動をしましょ。 ③ストッキングやフットポンプは主治医の許可がでるまでは装着します。 ・医師の荷重指示を守って、リハビリを行いましょ。 <p style="margin-left: 20px;">術後 14 日目～ 100%</p> <p>※上記は目安であり、手術の方法や状態に応じ変わる場合があります。</p>



このパスシートは、診療計画の概要をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
 なお、病状に応じて変更することがありますが、その時はお知らせしますのでご了承下さい。

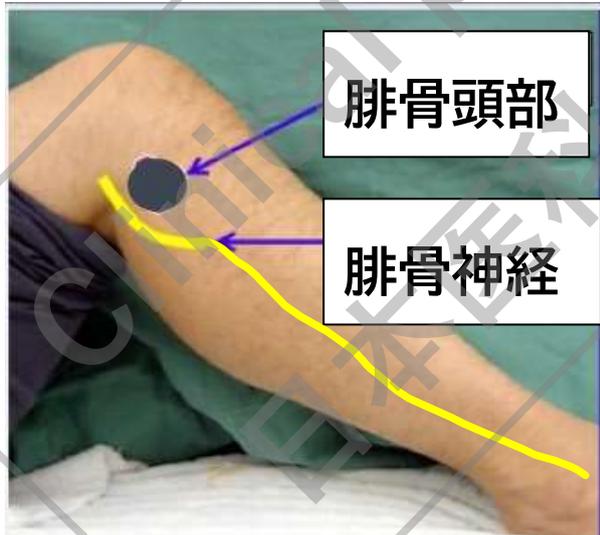
下腿一骨切り術（木曜日手術） 患者さんパスシート(No.12)

ID		診療科名	
氏名		入院予定期間	入院日
生年月日			退院日

月日	/ ~ /
経過	17～22 日目（術後 15 日目～20 日目 退院日）
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> • 病棟やリハビリ室でのリハビリを行いましょ。 • 痛みが強い場合は我慢せず看護師に伝えましょ。 • 深部静脈血栓を予防するために足の運動をしましょ。 • 転倒予防について理解しましょ。 • 退院後の生活についてイメージし、不安な事があれば医師や看護師に聞きましょ。
治療	<ul style="list-style-type: none"> • 医師の許可があるまで、患肢に装具をつけ、拳上しアイスノンで冷やします。
薬	<ul style="list-style-type: none"> • 痛みが強いときは痛み止めがあるので、看護師にお知らせください。
観察	<ul style="list-style-type: none"> • 血圧、脈拍、体温、呼吸状態、傷の状態(出血の有無、痛みの程度)、足の位置(腓骨頭が圧迫されていないか)、足首の背屈運動の有無について観察します。
活動	<ul style="list-style-type: none"> • 病室で機械を装着して、膝を曲げるリハビリを行います。 • リハビリ室で荷重歩行、膝関節運動の訓練をします • 歩行状態に応じて 1-2 本杖で階段の練習をしていきます。
食事	<ul style="list-style-type: none"> • 制限はありません。
清潔	<ul style="list-style-type: none"> • シャワーを浴びることができます。
説明指導	<ul style="list-style-type: none"> • 日常生活に関する注意点、心配や不安なことがある場合は遠慮なくお尋ねください。 • 退院後の外来診察日について説明します。 • 退院日に忘れ物がないよう荷物を整理しておきましょ。お帰りの際に一緒に確認致します。 • 保険などの書類は退院日に本館 1 階受付窓口に提出してください。 <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">  </div>

このパスシートは、診療計画の概要をお知らせするものであり、治療・検査等を決定するものではありません。
 なお、病状に応じて変更することがありますが、その時はお知らせしますのでご了承下さい。

腓骨神経麻痺について



～原因～ 腓骨頭部の圧迫

- 挙上用枕から患肢が落ちた場合、足首にしびれや違和感、背屈ができないと感じた場合は、
すぐに看護師に伝えましょう。

右膝関節手術後の自主トレーニング

<関節の曲げ伸ばし> ※両側・術後 2 日目から開始可能です

膝曲げ運動

○反対の足を使って曲げる

○タオルを使って曲げる

○大腿を手で把持し

(5 分間屈伸)

リラックスする



膝伸ばし運動

○クッションに足を乗せ、じっとしている(力を抜き、痛みはなければ5



足首伸ばし

○タオルを足裏にかけて伸ばす
(20 秒×5 回)



<筋力強化> ※両側・痛みに応じて行いましょう

○枕つぶし

膝裏の枕を押しつける(5 秒×20 回)



○脚上げ(10 回)膝を伸ばしたまま上げる

楽に上がるようになったら 5 秒間保持する



※その他に、担当理学療法士から患者さんの状態に合わせた指導があります。

左膝関節手術後の自主トレーニング

<関節の曲げ伸ばし> ※両側・術後2日目から開始可能です

膝曲げ運動

○反対の足を使って曲げる



膝伸ばし運動

○クッションに足を乗せ、じっとしている(力を抜き、痛みはなければ5分間)



○タオルを使って曲げる
(5分間屈伸)



○大腿を手で把持し
リラックスする



足首伸ばし

○タオルを足裏にかけて伸ばす
(20秒×5回)



<筋力強化> ※両側・痛みに応じて行いましょう

○枕つぶし

膝裏の枕を押しつける(5秒×20回)



○脚上げ(10回)膝を伸ばしたまま上げる

楽に上がるようになったら5秒間保持する



ベッド上で行う筋カトレーニング

1. 横向きで足を上げる運動(10回 2セット)



- ① 手術した足を上にして横向きになる(ベッド上の足は膝を曲げて構いません)
- ② 足を上にあげる
※外くるぶしを天井に向け、斜め後ろに持ち上げるように意識しましょう

2. 膝を伸ばす運動(5秒保持×20回)



- ① ベッドの端または椅子に座る
- ② 膝を出来る限り、まっすぐ伸ばす(太ももを浮かせないように注意)
※痛みに合わせて行ってください

人工膝関節置換術を受けた患者さんへ

術後3～4日目からは運動機能回復のために

膝関節を伸ばすことが重要です。

そのためクッションは膝の下には置かず、

ふくらはぎ～足首の辺りへ置きましょう。

また、膝とつま先は上を向くようにしましょう。



膝を伸ばす

つま先上に向ける



骨切り術を受けられた方へ

日常生活、退院後の注意点

【日常動作・運動について】

姿勢	正座やあぐらを避けましょう。 患肢に重心をかけるような姿勢は避けましょう。 床拭きはモップを使用しましょう。
衣服の着脱	椅子に座ってズボンを履き、患肢から着用し脱衣時は健肢から実施するようにしましょう。
家事・活動	患肢の筋力低下により重い荷物を持つことでバランスを崩しやすくなるため注意しましょう。 買い物はカートを使用しましょう。
自転車の場合	坂道を登る時は降りて押すようにしましょう。
運動	靴は腫の低い、安定した物を選びましょう。 膝関節へかかる力を少なくする為、杖歩行を習慣づけましょう。 筋力低下を予防するために散歩などの適度な運動を行いましょう。
その他	標準体重を保つようにしましょう。

【清潔について】 患部を泡で優しく洗浄し、皮膚の清潔を保ち感染を予防しましょう。

【食事について】 制限はありません。

以下の場合を受診してください

- ・38度以上の発熱および、創部の腫れや痛み、感覚異常が続く場合。傷が開いた場合。

緊急時の対応について

- ・平日の 8:00～16:30 は整形外科外来、夜間休日は救急外来にて対応致します。
夜間休日に受診する場合は、予め電話にてご連絡をお願い致します。

日本医科大学付属病院 代表 03-3822-2131