

PRP مخفف پلاسمای غنی از پلاکت است که در چند سال اخیر به یک درمان اصلی تبدیل شده است. زمان بهبودی تزریق prp چگونه است؟ تزریق prp چه تفاوتی با تزریق استروئید یا جراحی دارد و چه معنایی برای بهبودی دارد؟ برای پاسخ به این سوال ها ادامه مقاله را دنبال کنید.

مدت زمان بهبودی بعد از تزریق پی آر پی

مدت زمان بهبودی تزریق PRP نسبتاً سریع است و معمولاً چند روز درد دارد و سپس با گذشت زمان بهبود می یابد. بعد از تزریق مفاصل برای درمان آرتروز، انتظار کمی درد و تورم احتمالی برای 3-7 روز را داشته باشید. سپس معمولاً طی چند هفته بهبود تدریجی ایجاد می شود.

برای درمان تاندون ها، درد ممکن است بیشتر طول بکشد و تا 3 تا 4 ماه ادامه داشته باشد. برای رباط ها، ممکن است یک دوره 1-2 هفته ای وجود داشته باشد که در آن رباط های شل متورم می شوند و به این ترتیب ثبات بهتری در این مدت ایجاد می شود، اما پس از آن تورم اولیه برطرف می شود و درد و بی ثباتی دوباره عود می کند.

[caption id="attachment_7610" align="aligncenter" width="600"]



زمان بهبودی تزریق prp [caption]

تزریق prp چه تفاوتی با تزریق استروئید دارد؟

دکتر های معالج تزریق prp را به جای تزریق موارد دیگر که تورم را در کوتاه مدت کاهش می دهد و از بهبودی جلوگیری می کند، انتخاب می کنند. این به این دلیل است که پلاکت های موجود در PRP دارای فاکتورهای رشد شفافبخش هستند که ممکن است به ترمیم بافت آسیب دیده کمک کند. همه اینها چه تفاوتی با استروئید و جراحی دارد؟

اما **PRP** یک روند بهبودی اولیه دارد، سپس در عرض 3-7 روز از بین می رود و سپس بیمار به تدریج بهتر از روزهای اولیه می شود. در مورد **استروئیدها** برعکس است، با این که بیمار سریعتر احساس بهتری می کند، اما بعد از چند هفته اثرات آن از بین می رود و درد عود می کند.



فقط کافیه یکبار تماس بگیرید

دکتر ناصح یوسفی
متخصص طب فیزیکی و توانبخشی

شماره تماس ها | ۰۹۰۳۹۲۹۰۵۹۹ | ۰۹۱۹۲۴۰۴۰۵۴

بعد از تزریق PRP زانو چه کارهایی را نمی توان انجام داد؟

بخش بزرگی از درک زمان بهبودی تزریق PRP، دانستن محدودیت های فعالیتی است که از شما انتظار می رود. خبر خوب این است که برای اکثر مواردی که از PRP استفاده می شود، معمولاً نیازی به انجام کار خاصی ندارید. بعد از تزریق PRP اگر در ناحیه تزریق درد داشتید فعالیت های خود را کم کنید. اگر درد نداشتید فعالیت خود را ادامه دهید ولی با کمی مراقبت تا دوباره آسیب نبینید.

[بیشتر بدانید: پی آر پی زانو در غرب تهران](#)

انواع تزریق prp

انواع تزریق پی آر پی به شرح زیر است:

پی آر پی قرمز:

در پی آر پی قرمز مقدار بیشتری از گلبول های قرمز و سفید نسبت به روش های دیگر وجود دارد. به همین دلیل در پی آر پی قرمز درد و التهاب نیز بیشتر می شود.

پی آر پی کهربایی:

پی آر پی کهربایی روشی است که در آن سلول های کمتری تزریق می شود. به دلیل کمتر تزریق شدن سلول ها در روش پی آر پی کهربایی درد نیز کاهش پیدا می کند.



میزان موفقیت تزریق PRP چقدر است؟

میزان موفقیت تزریق prp در مورد بیماریهای زانو متفاوت بوده است. در قسمت بعدی میزان موفقیت تزریق پی آر پی برای هر بیماری آورده شده است:

آرتريت خفيف تا متوسط زانو:

نزدیک 80 درصد از بیماران نتایج خوبی را برای 1-2 سال ابتدایی گزارش می دهند. موفقیت کمتری برای دوره های کوتاهتر (معمولاً چند ماه) برای آرتريت متوسط تا شديد زانو وجود دارد.

پارگی جزئی تاندون و رباط:

در بیماری پارگی جزئی تاندون و رباط نیز میزان موفقیت تزریق prp درصد بالایی عنوان شده است. البته در درمان این بیماری ممکن است به بیشتر از یک تزریق نیاز باشد. در مورد پارگی های شدیدتر ممکن است تزریق پی آر پی موثر نباشد.

بعد از تزریق پی آر پی چه اتفاقی می افتد؟

تا چند روز اول ممکن است در ناحیه تزریق کمی درد و حساسیت داشته باشید. این درد و مقداری تورم می تواند سه تا هفت روز طول بکشد و سپس حرکت و راحتی در مفصل به تدریج طی دو هفته افزایش می یابد. اگر تاندون یا رباط تحت درمان با PRP دارید، ممکن است احساس درد در شما بیشتر از 7 تا 10 روز طول بکشد. در طی دو تا شش هفته آینده، بدن شما به بهبود خود ادامه می دهد.

بعد از درمان PRP لازم نیست کار خاصی انجام دهید، اما باید به بدن خود بیشتر توجه کنید. اگر یک فعالیت یا ورزش باعث درد شد، آن را سبک کنید تا زمانی که بتوانید دوباره آن فعالیت را بدون درد انجام دهید. بدن شما **بافت جدید** را در شش هفته تا شش ماه آینده سازماندهی می کند. این زمانی است که نواحی تحت درمان قوی تر، انعطاف پذیرتر و بدون درد می شوند.

بیمار چه زمانی اثرات تزریق پی آر پی را احساس می کند؟

برجسته ترین اثرات ممکن است تا سه یا چهار ماه طول بکشد تا ظاهر شود. در این مدت متوجه پیشرفت های تدریجی خواهید شد. زمانی که شما آسیب شدیدی داشته اید، بهبودی پس از **تزریق پی آر پی** ممکن است طولانی تر شود. اگر چندین ناحیه بافت نرم تحت درمان داشته باشید، می تواند زمان بهبودی را بیشتر کند. اگر از پی آر پی برای کمک به بهبودی پس از جراحی استفاده کنیم، سریعتر از زمانی که تزریق پی آر پی انجام ندادید بهبود خواهید یافت. اغلب مواقع ما **PRP** را با سایر روش های درمانی مانند **بریس بندی** و **فیزیوتراپی** بعد از عمل ترکیب می کنیم. این رویکرد چند وجهی به شما کمک می کند تا سریعتر روند بهبودی را طی کنید.

[بیشتر بدانید: پی آر پی زانو چیست؟ کاربردها و عوارض](#)

نتیجه

زمانی که بیمار تزریق پی آر پی را در یکی از مراکز پی آر پی ایران انجام می دهد باید بداند که بعد از تزریق نباید به بدن خود بی توجهی کند و باید فعالیت های خود را تا حدودی کم کند تا اثرات تزریق به خوبی صورت پذیرد. مراکز پی آر پی تهران و سایر شهرها بعد از تزریق **prp** به بیمار توصیه می کنند که از انجام فعالیت های سنگین پرهیز کند. **نظرات مردم در مورد تزریق پی آر پی** زانو نشان می دهد که این روش درمانی مناسب و موثر است. کسانی که تصمیم به تزریق پی آر پی گرفتند می توانند با مراجعه به سایت پی آر پی ایران **فیلم تزریق پی آر پی** را مشاهده کنند. همچنین می توانند **نظرات مردم در مورد تزریق پی آر پی** را در **فیلم تزریق پی آر پی** ملاحظه کنند و بعد تصمیم خود را نهایی کنند.