

خود مراقبتی در منزل پس از جراحی



پس از جراحی جهت مراقبت از خود در منزل نیاز به یکسری اطلاعات دارید با مطالعه این پمفلت راهنمایی های لازم به شما ارائه می شود .

نحوه حمام و پانسمان بعد از جراحی

در صورتیکه منعی برای استحمام از طرف پزشکتان ندارید ، طبق دستور پزشک پس از ترخیص به حمام بروید (غالباً ۴۸ ساعت بعد از عمل) و بیش از ۱۵ دقیقه طول نکشد.

هنگام استحمام محل جراحی را بهتر است با شامپو بچه به آرامی بدون استفاده از لیف بشوئید.

پس از حمام محل عمل را با سشوار یا گاز استریل تمیز، خشک نمائید.



پانسمان

منظور از پانسمان کردن تمیز و خشک نگهداشتن و محافظت کردن از محل عمل تا التیام یافتن زخم می باشد.

قبل از پانسمان دست های خود را به خوبی با آب گرم و صابون بشوئید. نیازی به استفاده از بتادین و محلول یا پمادهای ضد عفونی کننده نمی باشد.

عمل پانسمان کردن را در صورت استفاده از پانسمان های نوین بدون گاز روزی دو بار، روزانه یا یک روز در

میان با نظر پزشک خود انجام دهید.

در صورت استفاده از گاز استریل روزانه تعویض شود.

اگر بیمار قادر نمی باشد روزانه حمام نماید میتواند برای نظافت اطراف محل عمل از گاز استریل آغشته به سرم نرمال سالین (سرم نمکی ۹%) استفاده نماید.

در جراحی هایی که لوله یا سوند از درون شکم خارج شده تا ۱ هفته پانسمان شود در جراحی هایی که لوله یا درن نداشته اند تا ۳ روز کافی می باشد و خشک و تمیز نگهداشتن محل عمل کافی می باشد.

در هنگام تعویض پانسمان به ظاهر زخم خود از نظر قرمزی ، تاول ، ترشحات سفیدرنگ یا بد بو توجه نمائید.

از پوشیدن لباسهای تنگ و دارای الیاف مصنوعی خودداری نمائید. در صورتیکه قادر به پانسمان در منزل نمی باشید به درمانگاهها و یا مراکز مجاز پزشکی مراجعه نمائید.

پس از برداشتن پانسمان آلوده مجددا دستها با آب و صابون شسته و خشک شود و از دستکش مخصوص پزشکی استفاده نمائید.

پانسمان آلوده درون کیسه نایلونی در بسته گذاشته و سپس در زباله دان گذاشته شود.

شناسنامه پمفلت آموزشی کد ۹۷-۰۵-SU	
عنوان	خود مراقبتی منزل پس از جراحی
تهیه کننده	ایرما ریحانی کارشناس پرستاری زهرا نامدار کارشناس پرستاری
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	زمستان ۱۳۹۷
ناظر کیفی	متخصص [جراحی]
دکتر سارا اکبرنژاد دکتر امیر مسعود عزیز پور	سوپروایزر آموزش به بیمار ایرما ریحانی

نحوه مصرف داروها

اگر آنتی بیوتیک توسط پزشک برای شما نسخه شده است آن را حتما تهیه نمایید و در ساعت‌های مشخص و منظم استفاده نمایید.

در صورتیکه آسپرین مصرف می نمودید برای شروع مجدد آن به پزشک جراح خود مشورت نمایید.

از مصرف خودسرانه داروها پرهیز نمایید.

داروهای مسکن را قبل از آنکه دردتان شروع شود میل نمایید.

رژیم غذایی

اگر بعد از جراحی دچار بیوست شده اید بهتر است از غذاهای گیاهی مانند سبزیجات ، نانهای سبوس دار ، میوه ها و مایعات و روغن زیتون بیشتر استفاده نمایید . در صورت داشتن سابقه سنگ کلیه و اطلاع از نوع آن با کارشناس تغذیه مشاوره نمایید و بطور کل از مصرف نمک پرهیزید. در صورت بالا بودن کراتینین خون و اطلاع از رژیم غذایی با کارشناس تغذیه مشورت نمایید.



فعالیت ها

لطفا از فعالیت سنگین مانند بلند کردن اجسام سنگین بیشتر از ۲ کیلوگرم ، دویدن ، پریدن ، پیاده روی طولانی مدت و سرپا ایستادن طولانی پرهیز نمایید.

از استراحت بیش از حد در تخت خواب هم پرهیز نمایید و بطور کلی فعالیت ملایم مانند پیاده روی را داشته باشید.

به توصیه های پرستاران و پزشکان توجه نمایید.

معمولاً رانندگی را می توانید پس از طی نقاهت و استراحت در منزل انجام دهید. (با صلاحدید پزشک خود) ورزشهای سنگین را معمولاً می توانید پس از ۶ هفته با صلاحدید پزشک و به آرامی شروع نمایید.

جهت اطلاع از زمان فعالیت جنسی از پزشک خود سوال نمایید.

احساس شما پس از جراحی

ممکن است پس از جراحی شما احساس ضعف و خستگی نمایید و تمایل به خوابیدن داشته باشید.

شاید احساس درد و زخم گلو نمایید که بدلیل گذاشتن لوله هوایی در حین عمل جراحی می باشد.

در صورت بی حسی نخاعی (از ناحیه کمر) ممکن است دچار سردرد یا دردپا و کمر شوید که با استراحت و مصرف مایعات و قهوه و استامینوفن کدین و دراز کشیدن بدون بالش برطرف می شود. تمامی این احساسات و واکنش ها نرمال هستند و در زمان کوتاهی از بین خواهند رفت ، در صورت طولانی مدت شدن با پزشکتان صحبت نمایید.

پیگیریها

به تاریخ و ساعت مراجعه به درمانگاه که در برگه خلاصه پرونده و آموزش به بیمار شما ثبت شده توجه نمایید و سر وقت مراجعه نمایید.

لطفا در مراجعات نزد پزشک خلاصه پرونده و مدارک پزشکی خود را همراه داشته باشید.

حتماً جواب نمونه برداری را از قسمت آزمایشگاه بیمارستان پیگیری نموده و در وعده بعدی ویزیت به روبرت پزشک برسانید.

توجه ویژه

در صورتیکه از محل زخم و جراحی بیمار ترشحات چرکی ، سفید یا خونابه ترشح می شود و یا محل عمل متورم و قرمز شد یا بخیه ها باز شدند به بیمارستان مراجعه نمایید.

در صورت داشتن تب بالای ۳۷.۷ درجه سانتی گراد به پزشک اطلاع دهید.

همچنین در صورت بروز موارد زیر حتماً با بیمارستان تماس بگیرید : درد تیرکشنده و شدید که بطور مداوم وجود دارد و دردی که بهبود نمی یابد. تغییر واضح در ماهیت و اندازه درد ، اسهال شدید ، استفراغ و تب

توصیه های پزشک معالج و پرستاران را در مورد مراقبت از خود بدقت انجام دهید تا به امید پروردگار سلامتی خود را بازیافته و از بیمارستان مرخص شوید.