



آموزش به بیمار

آموزش های قبل و بعد از جراحی



واحد آموزش سلامت بیمارستان خاتم الانبیاء
شیروان
زمستان ۱۴۰۳

مراقبت های پس از ترخیص

- دستورات پزشک، مصرف داروها، تعویض پانسمان، فیزیوتراپی را به دقت رعایت کنید.
- مراقب علائم عفونت باشید و آنها را به پزشک سریعاً خبر دهید.
- بی حسی، تورم فزاینده یا کبودی انگشتان دست و پا پای گچ گرفته شده علامت خطر و هشداردهنده می باشند.
- مایعات زیاد بنوشید. از خوردن غذاهای چرب خودداری کنید پروتئین برای شما بهتر است (مرغ ماهی و بعضی غلات).
- وعده های مصرف داروهای مسکن را نادیده بگیرید وقتی درد شروع شد تسکین آن دشوارتر است.
- نفس عمیق بکشید کمی مکث کنید و بعد آهسته باز دم خود را بیرون دهید.
- ماساژ و گرم کردن عضلات را فراموش نکنید.

مراقبت های بعد از عمل جراحی

- بعد از اتمام عمل جراحی مدتی در اتاق ریکاوری می مانند تا تاثیر داروهای بیهوشی یا بی حسی به تدریج کم شود و وضعیت دستگاه های حیاتی به خصوص دستگاه قلب و عروق و دستگاه تنفسی به وضع عادی برگردد سپس به بخش منتقل می شوید.
- گاهی ممکن است احساس گیجی لرزش و یا یک درد منتشر در بدن داشته باشید برخی از بیماران تاری دید خواب آلودگی، گلودرد، سردرد و احساس سستی در تنفس کردن دارند. هرکدام از این علائم اگر ایجاد شده بیمار باید آن را به پرستار اطلاع دهد.
- بعد از عمل خوب نفس عمیق بکشید و هراز گاهی سرفه کنید.
- بعد از بی حسی اسپینال و اپیدورال (نخاعی) با اینکه حس پاها برگشته است ولی قدرت عضلات پاها ممکن است تا ۱۲ ساعت به طور کامل برنگردد و این موجب می شود بیمار در حال ایستاده تعادل خوبی نداشته باشد. پس همیشه در اولین ایستادن و راه رفتن بعد از عمل اگر احساس سلامتی کامل می کنید باید از فرد دیگری کمک بگیرید تا از افت ناگهانی فشارخون جلوگیری شود.
- در تخت بستری زودتر فعالیت بدنی را شروع کنید مثل حرکت دادن انگشتان، سر و گردن و ورزش دادن دست و پا.
- با اجازه پزشک معالج در اولین فرصت باید بنشینید و راه بروید، دراز کشیدن موجب بروز عوارض متعددی مانند زخم بستر مشکلات ریوی و عفونت های ادراری می شود.

آموزش های قبل و بعد از عمل جراحی و بیهوشی مراقبتهای قبل از جراحی و بیهوشی

از ۸ ساعت قبل از عمل باید نباید چیزی بخورید و بنوشید.

محل عمل جراحی باید تمیز شده و موهای این محل تراشیده شود.

زیورآلات، دندان مصنوعی، عینک لنز تماسی چشمی و غیره با خود به اتاق عمل نیاورید.

از آرایش لب و ناخن پرهیز نمایید زیرا رنگ طبیعی آنها یک شاخص حیاتی برای ارزیابی عملکرد بدنش ما حین بیهوشی است.

آرامش خود را حفظ کرده و با کادر خدمات پزشکی نهایت همکاری را نمایید.

به سوالات آنها به دقت پاسخ دهید و نگرانی یا پرسشی دارید برای آنها بازگو کنید.

برای بیهوشی آماده شوید.

آزمایشات لازم نوار قلب، عکس سینه اگر توسط پزشک درخواست شده باشد باید تهیه کند.

هر روش متخصص بیهوشی و جراحی برای شما انتخاب کنند را پذیرا بوده و همکاری کنید.

۱. **بیهوشی عمومی:** معمولاً برای جراحی های بزرگ بیهوشی عمومی به کار می رود در این روش با تزریق داروی هوشبر به داخل رگ و تجویز گاز بیهوش کننده به داخل تنفس موجب بیهوشی کامل می شود.

۲. **بی حسی ناحیه ای:** برای اعمال جراحی کوچک و جراحی های پایین تر از قفسه سینه می توان از بی حسی موضعی یا بی حسی ناحیه یا اسپینال و اپیدورال (نخاعی) استفاده کرد. در بی حسی ناحیه داروی بی حس کننده داخل کمر تزریق می گردد و از قفسه سینه به پایین کاملاً بی حس و حرکت می شود.

آماده باشید تا موارد زیر را به متخصص بیهوشی یا پرستار بیهوشی خود بگویید.

سابقه هرگونه بیماری حتی سرماخوردگی در روزهای اخیر.

سابقه بیماری قلبی، ریوی، قندخون بالا، فشارخون بالا، بیماری تیروئید، اختلال لخته شدن خون و غیره را اطلاع دهید.

نام داروهایی که در حال حاضر مصرف می کنید و به ویژه داروهایی که به آن حساسیت دارید را بگویید.

سابقه بیهوشی قبلی و هرگونه حساسیت به داروهای بیهوشی در خود یا خویشاوندان مهم است فاصله دو بار بیهوشی عمومی با گاز هالوتون نباید بیش از یک ماه باشد. زمان بیهوشی قبلی خود را بیان نمایید.

اگر الکل سیگار موادمخدر و غیره مصرف می کنید و برای پزشک بیهوشی بازگو نمایید (محرمانه خواهد ماند)

در صورتی که اخیراً با سموم باغبانی ارگانوفسفره در تماس پوستی بوده یا مسموم شده اید، حتماً با پزشک خود مطرح نمایید.

پس از عمل حتماً به هوش خواهید آمد و به شما داروهای ضد درد تزریق می کنند آرام باشید.

کیفیت نتیجه عمل جراحی و بیهوشی بهتر خواهد شد اگر:

از ۶-۴ هفته قبل از عمل و تا یک هفته پس از عمل سیگار نکشید.

در صورت امکان روزهای قبل از عمل ورزش و به ویژه پیاده روی کرده باشید.

رژیم غذایی خوبی در روزهای قبل از عمل داشته باشید (ولی ۸ تا ۱۰ ساعت قبل از عمل نباید چیزی بخورید)

بیماری زمینه خود مثل فشارخون بالا قندخون بیماری تیروئید کم خونی و غیره را خوب کنترل کرده باشید.

شب قبل از عمل استحمام کرده موهای محل عمل را چیده باشید و با خوردن یک عدد قرص خواب آور با دستور پزشک مغز مثل دیازپام ۵ تا ۱۰ میلی گرم خواب خوبی رفته باشید.

بیمار عزیز ضمن آرزوی سلامتی، در صورت کسب اطلاعات بیشتر و پیگیری درمان با شماره های ذیل تماس حاصل نمایید