

سوالات پرتکرار بیماران جراحی

- ۱- **تعویض پانسمان :** معمولاً ۲۴-۴۸ ساعت پس از عمل می توانید پانسمان اولیه را بردارید . پس از آن طبق دستور پزشک (معمولاً روزی یک بار یا وقتی که خیس یا کثیف شود) با دستان شسته و خشک ، پانسمان را تعویض کنید
- ۲- **دوش گرفتن :** اغلب پس از ۴۸ ساعت و با اجازه پزشک ، می توانید دوش بگیرید . بهتر است از چسباننده های ضد آب مخصوص استفاده کنید یا زخم را با یک لایه پلاستیک تمیز بپوشانید . پس از دوش ، ناحیه را به آرامی با حوله تمیز خشک کنید
- ۳- **علائم عفونت :** افزایش قرمزی ، گرمی ، تورم ، ترشح چرکی ، بدبو شدن ترشحات ، تب بالای ۳۸ ، افزایش ضربان قلب و دردد شدید و ضربان دار در محل زخم ، در صورت مشاهده این علائم فوراً با پزشک تماس بگیرید
- ۴- **کشیدن بخیه ها :** زمان آن بسته به نوع عمل و محل زخم متفاوت است . این کار باید توسط پزشک ، پرستار در مرکز درمانی انجام شود
- ۵- **مدیریت درد**
مصرف مسکن : طبق برنامه منظم و در ساعات تعیین شده توسط پزشک مصرف کنید نه فقط در زمانی که درد غیر قابل تحمل می شود کنترل مداوم درد ، بهبودی را تسهیل می کند
اگر درد با دوز تجویز شده کنترل نشد حتماً با پزشک تماس بگیرید خودسرانه دوز را افزایش ندهید
- ۶- **مدیریت عوارض**
برای پیشگیری از یبوست مقدار زیادی آب بنوشید ، از میوه های خشک و غذاهای پرفیبر استفاده کنید و در صورت نیاز ، پزشک ممکن است ملین تجویز کند
- ۷- **فعالیت و محدودیت ها**
معمولاً برای ۴ تا ۶ هفته از بلند کردن هر جسم سنگین خودداری کنید
پیاده روی سبک روزانه از همان روزهای اول پس از ترخیص بسیار مفید است و از لخته شدن خون جلوگیری می کند . از ورزش های سنگین ، دویدن و تمرینات شکمی تا زمان اجازه پزشک پرهیز کنید
- ۸- **بازگشت به کار**
بستگی به نوع عمل و شغل دارد و با موافقت پزشک معالج امکان پذیر میباشد
- ۹- **رژیم غذایی**

جهت پیشگیری از یبوست : مصرف زیاد مایعات ، میوه های ملین مانند آلو ، کیوی ، انجیر و سبزیجات پرفیبر
کمک به بهبود زخم : غذاهای پر پروتئین (مرغ ، ماهی ، تخم مرغ ، حبوبات) و ویتامین C (مرکبات ، فلفل دلمه ای
(به ترمیم بافت ها کمک می کنند . مصرف نمک را برای کاهش تورم محدود کنید

۱۰-علائم هشدار

در صورت بروز هر یک از موارد زیر فوراً به اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید
تنگی نفس ناگهانی ، درد قفسه سینه ، خونریزی فعال از زخم که با فشار مستقیم قطع نمیشود ، تب بالای ۳۸,۵
درجه سانتی گراد ، لرز شدید ، درد ، تورم ، قرمزی و گرمی ناگهانی در یک ساق پا ، گیجی یا کاهش سطح هوشیاری