

بیمار محترم لطفاً به نکات زیر توجه کامل نمائید :

- جراحی انجام شده بر روی شما می تواند سبب درد در یکی دو روز اول بعد از جراحی شود .
- در صورت عدم کاهش درد ، پس از بالا نگه داشتن عضو از سطح قلب و نیز خوردن مسکن تجویز شده به پزشک خود مراجعه نمائید .
- احتمال تورم در محل جراحی شده وجود دارد ، بنابراین تا چندین روز پس از عمل ، با بالا نگه داشتن عضو عمل شده بطور مکرر (روزانه چندین بار) از ایجاها و یا پیشرفت آن جلوگیری نمائید .
- اندامی که عمل جراحی بر روی آن انجام نشده را مرتباً ورزش دهید و عضوی که عمل جراحی بر روی آن انجام گرفته است با مشورت و توصیه پزشک خود و با رعایت محدودیتهای پیشنهاد شده ، حرکت دهید زیرا اینکار از بروز اختلال در سیستم گردش خون و ایجاها لخته در آن ، به شدت جلوگیری می نماید .
- برنامه پانسمان زخم محل جراحی را مطابق دستور پزشک اجرا کنید .
- رژیم غذایی را مطابق با سابقه بیماری (مانند قند خون ، فشار خون و ...) را رعایت نموده ، رژیم غذایی متعادل با پروتئین کافی و ویتامین ها ، برای التیام زخم را در نظر داشته باشید .
- در صورتیکه پزشک به شما محدودیت در حرکت را تجویز نموده و مجبور هستید برای مدتی طولانی در بستر باقی بمانید ، از مصرف شیر بیش از حد

خودداری نمائید زیرا کلسیم خون را بالا برده و خطر تشکیل سنگ کلیه را افزایش می دهد .

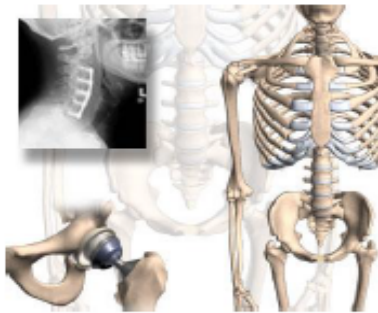
- مصرف مایعات را فراموش نکنید .
- در صورت افزایش ضربان قلب بیش از ۱۰۰ عدد در دقیقه و نیز در صورت افزایش و یا نامنظم بودن تنفس به پزشک خود مراجعه نمائید .
- در صورتیکه به میزان طبیعی ادرار نمی کنید به پزشک خود مراجعه نمائید .
- ورزشهای عضلات مچ و ساق پا را در ساعات بیداری هر یک ساعت یکبار انجام دهید تا گردش خون را بهبود بخشد .
- بیماران پیر خصوصاً آنهایی که بدون کمک قادر به حرکت نیستند در صورت باقی ماندن در بستر به مدت طولانی، شانس بروز زخم بستر دارند لذا با تغییر وضعیت دادن هر یک ساعت یکبار از بروز این گونه زخم ها جلوگیری نمائید . لازم به توضیح است که سوء تغذیه نیز به ایجاها این نوع زخم ها کمک می کند .
- با رعایت بهداشت پوست، خصوصاً در نواحی تحت فشار (باسن ، پاشنه پا ، کتف ، پشت سر و ...) از ایجاها شکنندگی پوست جلوگیری نمائید . این کار را با تغییر وضعیت دادن بدن بیمار، تشویق به حرکت دادن توسط خود بیمار(با رعایت محدودیت های پیشنهادی از سوی پزشک) شستشو و خشک کردن و سپس استفاده از نرم کننده ها قابل اجرا

می باشند .

- بیماران بعد از عمل جراحی ارتوپدی معمولاً از حرکت می ترسند . لیکن بیماران باید بدانند که حرکت در محدوده توصیه شده از سوی پزشک برای آنان بسیار مفید است . لذا حرکت توسط خود بیمار و یا با کمک همراهان وی بایستی جدی گرفته شود .
- خوب شدن زخم محل جراحی و از بین رفتن التهاب دلیل بر جوش خوردن استخوان نیست . زیرا استخوان به مدت طولانی تری برای جوش خوردن نیاز دارد . تانیا وساتل بکار گرفته شده در عمل جراحی شما بگونه ای طراحی نشده اند که بتوانند وزن بدن شما (پس از اعمال جراحی بر روی پا) و یا وزن اجسام سنگین (پس از اعمال جراحی بر روی دست و یا پا) را تحمل نمایند . بنابراین در صورت فشار زیاد ممکن است خم شوند، شل شوند و یا بشکنند لذا از فشار آوردن بیش از حد بر روی اندام عمل شده تا جوش خوردن کامل استخوان که متعاقباً از سوی پزشک (در درمانگاه) به شما ابلاغ می گردد خودداری فرمائید .
- برنامه فیزیوتراپی تجویز شده از سوی پزشک را جدی بگیرید .
- شما بایستی به مرور زمان و زیر نظر پزشک مربوطه فعالیتهای خود را در محدوده‌یتهای پیشنهادی از سر بگیرید و هیچگاه با از بین رفتن

بیمارستان امام صادق (ع) دلیجان

مراقبت کلی بعد از جراحی های ارتوپدی



تهیه و تنظیم :

آرزو رضائی

(ارشد پرستاری مراقبت های ویژه)

□ به اوقات پیشنهادی جهت معاینه مجدد در درمانگاه توجه کامل نمائید .

دره محدوده یتهای پیشنهادی را بیهوده تلقی نکنید.
□ به راهنماییهای افرادی که در این فن تخصص ندارند توجه نکنید .

□ از دست دادن عضوی از بدن و یا ایجاد محدودیت در قسمتی از بدن نباید اعتماد ببنفس شما را کاهش دهد .

□ سعی کنید تا مدتی پس از عمل نفسهای عمیق کشیده و سرفه نمائید زیرا اینکار موجب می گردد که از بروز مشکلات تنفسی در شما جلوگیری شود

□ سعی کنید جهت جلوگیری از احتباس ادراری پس از عمل هر ۳ الی ۴ ساعت یکبار خود را به ادرار کردن وادار نمائید .

□ عفونت یکی از خطرات جدی پس از هر گونه عمل می باشد لذا در صورت بروز هر یک از علائم زیر به پزشک خود مراجعه نمائید :

➤ تب - لرز

➤ قرمزی ، حساسیت و تورم در ناحیه عمل

➤ تعریق شدید

➤ افزایش ضربان قلب

➤ بی قراری ، تحریک پذیری

➤ حرکت توام با دره

□ داروهای تجویز شده از سوی پزشک را به درستی و با رعایت برنامه پیشنهادی مصرف نمائید .

منبع :

کتاب برونر - سوهارت

ترجمه : دکتر مرتضی دلاورخان - پروانه پیشه بان