

مراقبت های قبل از عمل:

شب یا صبح قبل از عمل موهای ناحیه عمل را به فاصله ۲۰ سانتی متر از هر طرف بزنید.

ناشتا بودن حداقل ۸ ساعت قبل از عمل واجب است. داروهای که پزشک بخش، به شما اجازه می دهد تا صبح روز عمل با مقدار کمی آب مصرف کنید.

داروهای مثل آسپرین، رقیق کننده های خون، داروهای ضد التهاب باید از چند روز تا یک هفته قبل از عمل مصرف نشود.

توصیه ها و اقدامات خود مراقبتی پس از عمل:

بعد از انجام عمل جراحی، مدتی در محلی در کنار اتاق عمل به نام ریکاوری میمانید. یک ساعت بعد از بیهوشی اهمیت زیادی دارد و در این مدت بیمار باید دقیقاً تحت نظر باشد تا آثار داروهای بیهوشی کاملاً از بین بروند و بعد از اینکه بیمار هوشیاری خود را بطور کامل بدست آورد به بخش منتقل می شوید.

گیجی بعد از عمل:

در بخش بیمار ممکن است تا مدتی حالت گیجی داشته باشد. این وضعیت به علت داروهای بیهوشی یا به علت کم خونی ناشی از خونریزی حین عمل است. حالت گیجی بیمار به تدریج بهبود می یابد.

خوردن و آشامیدن:

اگر جراحی با بیهوشی عمومی انجام شده است، تا چند ساعت نباید چیزی خورده شود. بعد از چند ساعت، میتوان پس از کسب اجازه از پرستار ابتدا چند قاشق آب به بیمار داد و اگر تحمل کردو دچار ناراحتی نشد میتواند بتدریج به او مایعات بیشتری داد. بعد از اینکه رژیم غذایی برای بیمار شروع شد در صورت مبتلا نبودن به بیماریهای خاص (قلبی، تنفسی، دیابت و ...) از کلیه مواد غذایی میتوان بهره برد.

دراز کشیدن:

اگر بیمار با بیحسی منطقه ای عمل شده، تا ۲۴ ساعت نباید پشت تخت او را بالا آورد و در این مدت سر بیمار باید کاملاً پایین باشد و گرنه دچار سردرد شدیدی میشود که ممکن است تا چند روز ادامه پیدا کند.

درد بعد از جراحی:

درد مدت کوتاهی پس از جراحی به سرعت کاهش می یابد. بعد از ۲ الی ۳ روز اغلب فقط گاهی برای رفع سفتی و گرفتگی عضلات به داروهای مسکن خوراکی طبق دستور پزشک نیاز پیدا می کنید. در بیمارستان مسکن های قوی داده میشود تا شدت درد را کاهش دهد. این مسکن ها معمولاً مخدر هستند. مصرف این مسکنهای تزریقی نباید زیاد باشد چون موجب مسمومیت میشود. نباید انتظار داشته باشید با مصرف دارو درد کاملاً برطرف شود. ممکن است کمی از درد باقی بماند. افراط در مصرف داروی ضد درد مخدر برای حذف کامل درد خطرناک بوده و توصیه نمی شود.

با بالا نگه داشتن اندام عمل شده نسبت به سطح بدن و استفاده از کیسه یخ می توان به کنترل درد و تورم کمک کنید.

توصیه ها و اقدامات خود مراقبتی بیمار در منزل:**خطر عفونت بعد از جراحی:**

در هر عمل جراحی احتمال عفونت در محل عمل وجود دارد. پس در چند روز اول بعد از عمل جراحی، به بیمار آنتی بیوتیک (چرک خشک کن) تزریقی داده میشود تا احتمال عفونت بعد از عمل جراحی کاهش پیدا کند

ممکن است پزشک معالج داروهای آنتی بیوتیک خوراکی برای شما تجویز کند تا بعد از مرخص شدن از بیمارستان تا مدتی از آنها در منزل استفاده کنید. از قطع کردن آن بدون دستور پزشک خودداری کنید.

در صورت داشتن علائم عفونت از جمله **قرمزی، تورم، حساسیت در لمس، تب، لرز، خروج ترشحات چرکی** از ناحیه عمل شده به مرکز درمانی یا پزشک معالجتان مراجعه نمایید.

لخته شدن خون در رگ ها:

یکی از عوارض شکستگی ها لخته شدن خون در سیاه رگهای عمقی ساق است. لخته شدن خون در اندامهای تحتانی بسیار خطرناک بوده و ممکن است موجب اختلال در عملکرد قلب و ریه شود. این عارضه بخصوص در شکستگی های اندام تحتانی و در سنین بالا بیشتر دیده میشود. بعد از جراحی به بیمار داروهای داده میشود تا از لخته شدن خون در پاها جلوگیری شود. به این داروها داروهای رقیق کننده خون میگویند. استفاده از این داروها ممکن است تا چند هفته بعد از جراحی هم ادامه پیدا کند. توصیه می شود در ساعات بیداری هر ساعت ورزشهای مربوط به عضلات ساق پا و مچ پا را انجام دهید تا جریان خون اندام بهتر شود.

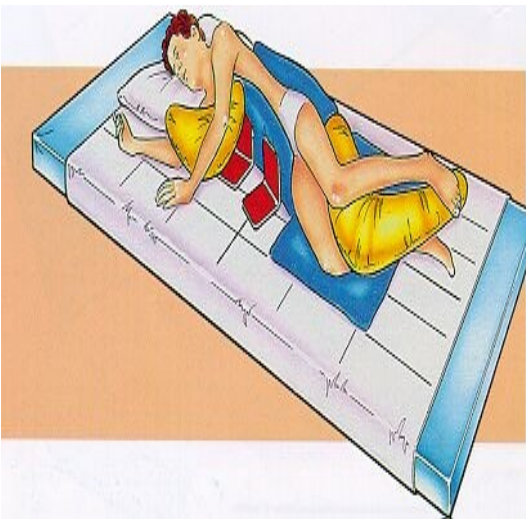
بیمارانی که به مدت طولانی در بستر استراحت می کنند مستعد ابتلا به زخم بستر می باشند بنابراین برای جلوگیری از ایجاد زخم بستر بایستی به طور مرتب در بستر حرکت کنند.

برای جلوگیری از عوارض تنفسی تمرینات تنفسی و سرفه و فیزیوتراپی تنفسی می توانند کمک کننده باشند.

لوله تخلیه ترشحات:

پزشک جراحی در حین عمل جراحی ممکن است لوله های پلاستیکی در درون زخم بگذارد تا بدین وسیله خونریزی مختصر داخل بدن که ممکن است تا چند ساعت بعد از جراحی هم ادامه داشته باشد به بیرون از بدن هدایت کند. لوله ها در بیرون از بدن به کیسه های پلاستیکی متصل میشوند تا خون در آنها جمع آوری شود. این لوله ها بعد از چند روز از زخم خارج می شوند.

مراقبت های قبل و بعد از عمل جراحی ارتوپدی (شکستگیهای دست و پا)



تهیه و تنظیم: واحد ارتقاء سلامت و آموزش به بیمار - بهار ۹۸
بازنگری: بهار ۱۴۰۳
منبع: نصیری زیبا، فریبا - درسنامه پرستاری داخلی - جراحی
برونر سودارت (ارتوپدی) ۲۰۱۴، جلد ۹ - نشر جامعه نگر

- معمولاً پانسمان زخم جراحی تا ۴۸ ساعت بعد از عمل جراحی تعویض نمی شود. پس از چند روز این پانسمان توسط پرستار عوض میشود.

- از روز سوم به بعد میتوانید حمام بروید. بخیه ها را تمیز و خشک نگه دارید .

تعویض پانسمان باید بعد از مرخص شدن در منزل توسط پرستار (فرد ماهر) یا همراه بیمار که در بیمارستان آموزش دیده انجام شود. تا از بروز عفونت جلوگیری شود.

- علائم عفونت زخم شامل قرمزی، تورم، حساسیت در لمس، ترشحات چرکی و تب را به خاطر بسپارید و در صورت بروز علائم مذکور به مرکز درمانی یا پزشک معالجتان مراجعه نمایید.

- بخیه های ناحیه عمل شده دست و پا دو هفته پس از عمل طبق نظر پزشک کشیده میشود.

- در هنگام راه رفتن دست عمل شده را برگردن آویزان کنید .

- جهت بهبودی استخوان های شکسته دخیانیات را کنار بگذارید و مصرف الکل را قطع کنید.

قابل توجه مددجویان محترم :

واحد ارتقاء سلامت بیمارستان آماده پاسخگویی به سؤالات شما در خصوص پیشگیری، درمان، مراقبت از بیماری و نحوه پیگیری می باشد.
در صورت نیاز، می توانید از ساعت ۱۴-۱۲ با شماره تلفن بیمارستان (۷-۴۵۳۵۵۹۵۳، داخلی ۳۰۵) تماس حاصل نمایید.

<https://emamhasan.abzums.ac.ir/>

با سپاس - واحد ارتقاء سلامت

راه رفتن و حرکت کردن:

- روز بعد از جراحی آموزش داده میشود تا چطور بتوا نید در تخت یا روی صندلی بنشینید و چطور توسط عصای زیر بغل یا واکر راه بروید یا چطور اندامها و مفاصل را حرکت دهید تا از خشکی آنها جلوگیری شود. در اولین فرصت حرکات کلیه مفاصل و همه اندام ها بخصوص اندام عمل شده و بخصوص مفصل نزدیک به محل عمل را شروع کنید. در ابتدا فیزیوتراپ مفصل را خم و راست میکند. بعد از مدتی آموزش داده میشود که خودتان مفاصل مورد نظر را حرکت دهید.

- پین، پیچ ها و یا میله های به کار برده شده جهت ثابت کردن استخوان شکسته شده نمی تواند وزن بدن را تحمل کنند و در صورت وارد آمدن فشار، خمیده و شل می شوند و یامی شکنند

- از چوب زیر بغل و واکر جهت راه رفتن می توان استفاده کرد ولی وزن بدن روی پای عمل شده انداخته نشود. تنفس عمیق و سرفه به خروج خلط از ریه کمک میکند .

- بیوست از عوارض بعد از عمل می باشد که به دلیل کاهش حرکت و استفاده از داروهای ضد درد می باشد. آب و مایعات کافی، حرکت سریعتر، مصرف مواد غذایی حاوی فیبر از جمله سبزیجات، غلات و میوه های تازه می تواند برای جلوگیری از بیوست مصرف شود.

- مایعات کافی بنوشید و برای جلوگیری از احتباس ادراری و اتساع مثانه هر ۳-۴ ساعت ادرار کنید.

- رژیم غذایی شما بایستی یک رژیم متعادل حاوی مقادیر کافی پروتئین و ویتامین های مورد نیاز باشد

بیماران ارتوپدی که قرار است مدت طولانی در بستر استراحت کنند **نباید شیر به مقدار**

زیاد مصرف کنند زیرا ذخیره کلسیم بدن را افزایش می دهد و کلیه ها مجبورند کلسیم اضافی را دفع کنند که نتیجه آن افزایش تشکیل سنگ های کلیوی (ادراری) است.