

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

آندوسکوپی سینوس

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص **آندوسکوپی سینوس** طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

❖ اقدامات و توصیه های قبل از عمل

- ✓ شب قبل از عمل، شام سوپ میل کرده و از نیمه شب ناشتا باشید.
- ✓ در صورت داشتن آرایش و لاک ناخن آن را پاک کنید .
- ✓ موهای موضع عمل، قبل از عمل باید تراشیده شود.
- ✓ قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه (ادرار) را تخلیه نمایید.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل زیور آلات، اجسام فلزی، گیره سر، دندان مصنوعی و غیره را از خود دور کنید.
- ✓ در صورت داشتن سابقه بیماری، سابقه حساسیت (دارویی، غذایی) پرستار و پزشک معالج را در جریان امر قرار دهید.
- ✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید و تحت درمان هستید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل به شما سرم وصل شده و در صورت نیاز برای پیشگیری از عفونت طبق دستور پزشک آنتی بیوتیک تزریق می شود.
- ✓ بی حرکتی پس از عمل می تواند باعث رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه ها گردد، لذا ورزش های تنفسی (تنفس عمیق و سرفه) و چرخش پا را بلافاصله پس از عمل انجام دهید.
- ✓ ۲ هفته قبل از عمل مصرف آسپرین را قطع نمایید.

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ طبق دستور پزشک، ۲-۳ ساعت اول بعد از خروج از اتاق عمل باید ناشتا باشید و بعد از آن تا ۲۴ ساعت مایعات مصرف نمایید و در صورت عدم تحمل (حالت تهوع و استفراغ) به پرستار اطلاع دهید.
- ✓ در صورت توانایی به تدریج با نظر پزشک می توانید از سایر مواد غذایی استفاده کنید.

❖ فعالیت

- ✓ استراحت نسبی داشته باشید و برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمایید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.

❖ مراقبت

- ✓ به پشت بخوابید (سر بالاتر از بدن) و از خوابیدن به شکم پرهیز نمایید.
- ✓ در صورت احساس خونریزی و بلع خون، به پزشک خود اطلاع دهید.
- ✓ در چندین روز بعد از جراحی احساس کمی درد و فشار در ناحیه بینی طبیعی است.
- ✓ آب میوه تازه و طبیعی در تسریع ترمیم عمل بینی و رفع تورم مفید است.
- ✓ تامپون بینی بعد از ۴۸ ساعت توسط پزشک معالج خارج می شود.
- ✓ در صورت سردرد شدید و تغییرات بینایی مانند تاری دید به پزشک خود اطلاع دهید.

❖ دارو

- ✓ آنتی بیوتیک جهت جلوگیری از عفونت و مسکن برای تسکین درد به شما داده می شود.
- ✓ داروها طبق دستور پزشک در فواصل و زمان معین توسط پرستار تجویز می شود.

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

آندوسکوپی سینوس

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ از رژیم غذایی سرشار از پروتئین و ویتامین استفاده نمائید.

❖ فعالیت

- ✓ برای حداقل یک هفته بعد از جراحی از حضور در محیط کار اجتناب نمایید.
- ✓ از خم شدن، زورزدن یا بلند کردن اجسام سنگین تا دو هفته بعد از عمل اجتناب نمایید.

❖ مراقبت

- ✓ برای ۲-۳ هفته بعد از جراحی مقداری ترشح و گرفتگی بینی وجود خواهد داشت.
- ✓ پس از جراحی تا ۷ روز سر را بالاتر از بدن قرار بدهید.
- ✓ از فین کردن تا دو هفته یا بیشتر اجتناب نمائید.
- ✓ از سیگار کشیدن جداً پرهیزید.
- ✓ در صورت سفتی گردن و خونریزی بینی بلافاصله به بیمارستان مراجعه نمایید.
- ✓ با توجه به احتمال عود پولیپ، به صورت دوره ای جهت معاینه و تجویز درمان دارویی مراجعه نمائید.

❖ دارو

- ✓ در صورت تجویز آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک در فواصل معین و یک دوره کامل آن را مصرف کنید.
- ✓ جهت تسکین درد از داروهای ضد درد طبق تجویز پزشک مصرف نمائید.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ ۲ روز بعد از عمل جهت خروج تامپون بینی به پزشک معالج یا درمانگاه، مراجعه نمائید.
- ✓ در صورت خونریزی به پزشک معالج مراجعه کنید.