

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

تانسلیکتومی

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

❖ اقدامات قبل از عمل

- ✓ شب قبل از عمل شام سوپ میل کرده (غذای سبک) و از نیمه شب ناشتا باشید. اگر بیمار کودک است از دادن هر گونه مواد غذایی به وی از شب قبل از عمل خودداری نمایید.
- ✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید و تحت درمان می باشید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود.
- ✓ روز عمل کلیه اشیاء فلزی از جمله زیور آلات، گیره سر، لنز و اعضاء مصنوعی خود را خارج کنید و سپس لباس اتاق عمل خود را بپوشید.
- ✓ این عمل ممکن است تحت بیهوشی عمومی یا بیحسی موضعی انجام شود.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل به شما سرم وصل شده و برای پیشگیری از عفونت طبق دستور پزشک آنتی بیوتیک تزریق می شود.
- ✓ قبل از عمل جراحی آزمایش خون برای تعیین زمان انعقاد خون و گروه خونی و ... انجام می شود.
- ✓ در صورت وجود دندان لق به پرستار خود اطلاع دهید.
- ✓ به علت احتمال خونریزی از محل عمل از مصرف آسپرین، ایبوپروفن، ناپروکسن، وارفارین و دیگر داروهای مشابه روز قبل از عمل جراحی خودداری نمایید.

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ در صورت اجازه پزشک می توانید تغذیه را شروع نمایید.
- ✓ در صورتی که استفراغ داشتید از خوردن هر ماده غذایی خودداری نمایید و به پرستار اطلاع دهید.
- ✓ ۲۴ ساعت اول پس از جراحی از مایعات سرد و صاف مثل آب و نوشیدنی های بدون کافئین و گاز و ژله استفاده کنید و بعد از ۲۴ ساعت می توانید از غذاهای نرم مثل بستنی، شیر، ماست، شیربرنج استفاده نمایید.
- ✓ در صورت عدم خونریزی بعد از عمل، با اجازه پرستار می توانید از آب و تکه های یخ استفاده نمایید.
- ✓ از خوردن آب پرتقال خودداری کنید زیرا سبب سوزش گلو خواهد شد.
- ✓ پس از شروع رژیم برای جلوگیری از یبوست و فشار بر بخیه ها باید مایعات فراوان و غذاهای پرفیبر (سبزیجات و میوه ها) استفاده کنید.

❖ فعالیت

- ✓ در بستر پاها را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود. بهتر است هر چه زودتر از بستر خارج شده و راه بروید.
- ✓ برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمائید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.

❖ مراقبت

- ✓ از دستکاری سرم و رابط ها اجتناب کنید.
- ✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع دهید تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما انجام گیرد.
- ✓ بعد از عمل (جهت کاهش درد) می توانید به حالت نیمه نشسته قرار بگیرید. معمولاً درد در طی ۲ تا ۳ روز برطرف خواهد شد.
- ✓ در صورت داشتن مشکل تنفسی به پرستار خود اطلاع دهید تا در صورت نیاز به شما اکسیژن داده شود.
- ✓ بلافاصله بعد از عمل، در وضعیت خوابیده به شکم قرار گیرید و سر را به پهلو برگردانید تا امکان تخلیه ترشحات حلق و دهان وجود داشته باشد.
- ✓ اگر بیمار کودک باشد کودک را به پهلو خوابانده و از بالش کوچک برای زیر سر وی استفاده نمایید.
- ✓ ممکن است تا مدتی حالت گیجی داشته باشید. این وضعیت به علت داروهای بیهوشی یا به علت خونریزی حین عمل است. حالت گیجی به تدریج بهبود می یابد. در صورت افزایش شدت گیجی به پزشک خود اطلاع دهید.
- ✓ بعد از عمل از صحبت کردن و سرفه اجتناب کنید.
- ✓ در صورت داشتن خونریزی و یا بلع خون و لخته ۱۲ تا ۲۴ ساعت اول بعد از عمل به پرستار اطلاع دهید.
- ✓ در هر عمل جراحی احتمال عفونت در محل عمل وجود دارد. در چند روز اول بعد از عمل جراحی، به بیمار آنتی بیوتیک تزریقی داده می شود تا احتمال عفونت بعد از عمل جراحی کاهش پیدا کند.

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

تانسلیکتومی

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ کودک خود را تشویق به نوشیدن مایعات خنک نمائید.
- ✓ از روز دوم بعد از عمل می‌توانید از غذاهای نرم دیگری مثل سوپ، فرنی، پوره سیب زمینی و استفاده کنید که این رژیم های غذایی باید تا دو هفته ادامه یابد.
- ✓ بعد از هر وعده غذا، دهان خود را شسته و دندان ها را مسواک بزنید، در صورت بروز بوی بد دهان بعد از روز پنجم باید به پزشک مراجعه کنید.

❖ فعالیت

- ✓ استراحت نمایید و از انجام فعالیت تا سه روز بعد از عمل خودداری نمایید.
- ✓ در هفته اول فرزند خود را تشویق به بازی های آرام مانند خواندن کتاب، بازی های کامپیوتری و تماشای تلویزیون نمائید.
- ✓ از ورزش یا دویدن تا دوهفته بعد از عمل جراحی جلوگیری کنید.
- ✓ در طول دو هفته اول بعد از عمل، به انجام فعالیت سبک مانند پیاده روی بپردازید.
- ✓ از فعالیت های سنگین در ۶ هفته اول بعد از عمل اجتناب کنید. پس از آن، طبق دستور پزشک خود، آرام آرام کارهای سنگین تر را شروع کنید.

❖ مراقبت

- ✓ ممکن است ترشحات خونابه ای مختصری تا چند روز پس از عمل از حلق یا بینی خارج شود که طبیعی است
- ✓ تا دو روز پس از عمل ممکن است درجه حرارت بدن کمی بالا برود که ناشی از کم بودن مصرف مایعات و غذا است. در صورت ادامه تب در روز سوم با پزشک یا بیمارستان تماس بگیرید.
- ✓ بهبودی حدود دو هفته طول می کشد در این مدت مرطوب نگهداشتن گلو مهم است.
- ✓ از سرفه کردن و فین کردن جلوگیری کنید چون باعث تحریک گلو می شود.
- ✓ درد در هفته اول در گلو و گوش ها احساس می شود.
- ✓ از تماس فرزندان با افراد بیمار بخصوص سرماخوردگی جلوگیری نمائید
- ✓ وجود لایه های سفید رنگ روی محل جراحی، نشانه روند بهبودی محل جراحی می باشد و نشانه عفونت نیست.
- ✓ مرتب دهان خود را با سرم شستشو یا آب نمک از روز بعد از عمل بشویید.

❖ دارو

- ✓ در صورت تجویز آنتی بیوتیک، طبق دستور پزشک یک دوره کامل آن را در فواصل معین مصرف کنید.
- ✓ مسکن را طبق تجویز پزشک مصرف نمائید. جهت تسکین درد بعد از عمل جراحی فقط از استامینوفن استفاده نمائید. به هیچ وجه از آسپرین، بروفن و دیکلوفناک استفاده نشود.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ یک هفته پس از ترخیص جهت ویزیت به درمانگاه گوش، حلق و بینی مراجعه نمائید.
- ✓ تب بیشتر از ۳۷/۸ درجه سانتی گراد
- ✓ حالت تهوع و استفراغ
- ✓ خونریزی از حلق و بینی
- ✓ درد زیادی
- ✓ ضعیف شدید غیر معمول.
- ✓ بوی بد دهان