

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

شکستگی بینی

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص **شکستگی بینی** 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.
- ✓ 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.
- ✓ کلیه لباس های خود (لباس زیر، جوراب و...) را در آورید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید.
- ✓ 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 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.

❖ رژیم غذایی

- ✓ طبق دستور پزشک، در صورت هوشیاری، رژیم مایعات را شروع کرده و در صورت عدم تحمل (حالت تهوع و استفراغ) به پرستار اطلاع دهید.
- ✓ در صورت توانایی مصرف مایعات 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

- ✓ جهت پیشگیری از عوارض بعد از عمل جراحی، تمرینات تنفسی و ورزش های پا را انجام دهید.
- ✓ خود را در برابر ضربات حفاظت کنید.
- ✓ در صورت داشتن سرگیجه جهت خروج از تخت اطلاع دهید.
- ✓ در صورت خونریزی شدید، بلع خون و درد شدید وعدم توانایی در نفس کشیدن به پزشک خود اطلاع دهید.
- ✓ در صورتی که تنفس از یک یا هر دو سوراخ بینی مشکل شد، سریع به پزشک خود اطلاع دهید.
- ✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.

❖ دارو

- ✓ دستورات دارویی پزشک (مسکن برای تسکین درد) در فواصل و زمان معین توسط پرستار اجرا می شود.

شکستگی بینی

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ محدودیت غذایی وجود ندارد.

❖ فعالیت

- ✓ خود را در برابر ضربات حفاظت کنید و از انجام فعالیت های خطرناک و ورزش های سنگین خودداری کنید.
- ✓ ۲۴ ساعت پس از ضربه، از کمپرس سرد بر روی بینی استفاده کنید و پس از آن تا ۴۸ ساعت از کمپرس گرم استفاده نمایید.

❖ مراقبت

- ✓ تا ۱ هفته گچ طبی بر روی بینی قرار دهید که نقش محافظت کننده دارد.
- ✓ شکستگی مختصر بدون تغییر شکل بینی معمولاً در عرض ۴ هفته بهبود می یابد.

❖ دارو

- ✓ مسکن را طبق تجویز پزشک مصرف نمایید.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ ۷ روز بعد از عمل
- ✓ در صورت داشتن خونریزی فعال و تنگی نفس و احساس سرگیجه