



کد سند: PEBRO40/C

تاریخ تدوین: ۱۴۰۰/۱۱/۲۸

تاریخ ابلاغ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۱۲/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۱۲/۰۱

آموزش به بیمار

توجهات مهم بعد از جراحی های ارتوپدی



کلینیک پرستاری آموزش سلامت همه روزه به جز تعطیلات پاسخگوی سوالات شما در رابطه با (دیابت، فشارخون، دیالیز، مراقبت های پس از جراحی) می باشد:
(داخلی ۲۰۲۷) ۰۵۱۳۸۰۴۲۰۰۰



من را اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

بیمارستان ولایت

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 درد
- داروهای تجویز شده از سوی پزشک را به درستی و با رعایت برنامه پیشنهادی مصرف نمائید.
- به اوقات پیشنهادی جهت معاینه مجدد در درمانگاه توجه کامل نمائید.



با آرزوی سلامتی و بهبودی شما

آدرس سایت بیمارستان ولایت:

<https://velayat.mums.ac.ir/>

منبع:

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus>

- شما بایستی به مرور زمان و زیر نظر پزشک مربوطه فعالیت های خود را در محدودیتهای پیشنهادی از سر بگیرید و هیچگاه با از بین رفتن درد محدودیت های پیشنهادی را بیهوده تلقی نکنید.
- به راهنمایی های افرادی که در این حوزه تخصص ندارند توجه نکنید.
- از دست دادن عضوی از بدن و یا ایجاد محدودیت در قسمتی از بدن نباید اعتماد بنفس شما را کاهش دهد.
- سعی کنید مدتی پس از عمل تنفس های عمیق کشیده و سرفه نمایید 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



بیمار عزیز:

در این پمفلت سعی شده است آموزش های لازم در رابطه با "توجهات مهم پس از جراحی های ارتوپدی" به شما داده شود، امید که با رعایت این نکات سلامتی خود را حفظ و بهبود بخشید.



جراحی ارتوپدی می تواند سبب درد اندام مبتلا 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.

- برای پیشگیری از ورم عضو عمل شده پس از عمل، عضو را بالاتر از سطح قلب نگه دارید.
- اندامی که عمل جراحی بر روی آن انجام نشده را مرتباً ورزش دهید و عضوی که عمل جراحی بر روی آن انجام گرفته است را با مشورت و توصیه پزشک خود و با رعایت محدودیتهای پیشنهاد شده، حرکت دهید زیرا این کار از بروز اختلال در سیستم گردش خون و ایجاد لخته در آن، به شدت جلوگیری می نماید.
- برنامه تعویض پانسمان زخم محل جراحی را مطابق دستور پزشک اجرا کنید.
- رژیم غذایی را مطابق با سابقه بیماری (مانند قند خون، فشار خون و غیره) را رعایت نموده، رژیم غذایی متعادل با پروتئین کافی و ویتامین ها، برای التیام زخم را در نظر داشته باشید.



• مصرف مایعات را فراموش نکنید.

• 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.

• در صورت افزایش ضربان قلب بیش از ۱۰۰ عدد در دقیقه و یا در صورت افزایش تعداد 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 ۲ ساعت یکبار از بروز این گونه زخم ها جلوگیری نمائید. لازم به توضیح است که سوء تغذیه نیز به ایجاد این نوع زخم ها کمک می کند.

• با رعایت بهداشت پوست، خصوصاً در نواحی تحت فشار (باسن، پاشنه پا، کتف، پشت سر و غیره) از ایجاد زخم پوست جلوگیری نمائید. این کار را با تغییر وضعیت دادن بدن، و یا 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. ولیکن باید بدانند که حرکت در محدوده توصیه شده از سوی پزشک برای آنان بسیار مفید است. لذا حرکت توسط خود بیمار و با استفاده از وسایل کمکی توصیه شده مانند عصا و یا واکر و 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. ثانیاً وسایل 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 خود را جدی بگیرید.

نواحی که زخم فشار ایجاد می شود

