

آموزشهای بدو بستری:

- 1-دستبند شناسایی که به دست غالب شما بسته شده است تا زمان ترخیص نگهداری کنید.
- 2-به علت خطر سقوط از تخت همیشه نرده کنار تخت بالا باشد .
- 3- همراه بیمار باید قبل از انجام هر اقدامی برای بیمار ،به پرستار اطلاع دهد.
- 4-نام پزشک خود را بدانید ونام پرستار خود را در هر شیفت بپرسید.
- 5-درمورد فعالیت ونوع تغذیه از پزشک یا پرستار خود سنوال کنید.
- 6- دست های آلوده نقش مهمی در انتقال عفونت دارند دستهای خود را قبل از غذا ، پس از لمس سطوح و پس از اجابت مزاج بشویید.

آموزشهای حین بستری :

آموزش های قبل از عمل:

- 1- به دلیل امکان تهوع و استفراغ بعد از عمل از شب قبل از عمل ناشتا بمانید.
- 2- زمان رفتن به اتاق عمل زیورآلات , دندان مصنوعی یا هر نوع عضو مصنوعی دیگر را از بدن خود جدا کنید.آرایش و لاک ناخن نداشته باشید.
- 3- اگر آسپرین، وارفارین یا داروهای کنترل کننده قند خون و فشار خون مصرف می کنید ، حتما به پزشک و پرستار اطلاع دهید.
- 4-لطفا هر نوع بیماری یا حساسیت دارویی و یا سابقه جراحی قبلی خود را به پزشک و پرستار بخش اطلاع دهید.
- 5- در صورت مصرف سیگار و یا هر نوع ماده مخدر دیگر به پزشک و پرستار بخش اطلاع دهید و از 24 ساعت قبل از عمل از مصرف سیگار خودداری کنید.

مراقبتهای بعد از عمل:

- 1-تا زمانی که پرستار اجازه نداده است باید ناشتا باشید تا باش_____ید.
- 2-درصورت تهوع سر را به يك طرف بچرخانید تا ترشحات معده به حلق راه نیابد.
- 3-در روز های ابتدایی با دستور پزشک معالج تان می توانید راه رفتن را شروع کنید چرا که با راه رفتن بهبودی تان سریع تر حاصل می شودوحتما"قبل از خروج از تخت 10 دقیقه در وضعیت نشسته و پاها آویزان باشد .وسپس اقدام به خروج از تخت نمایید
- 5-رژیم غذایی خود را با نوشیدن اب ساده وسپس مایعات دیگر شروع کنید.
- 6- از مصرف دخانیات و نوشیدن مشروبات الکلی پرهیز کنید_____د
- 7_استراحت مطلق ممنوع است زیرا خطر لخته شدن خون درعروق اندام تحتانی را افزایش می دهد .



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی سینا

ابدومینوپلاستی (جراحی زیبایی شکم)

گردآوری: نازیلا قربانپوری
(کارشناس پرستاری)

نماینده علمی: اساتید جراحی

تاریخ تدوین: مرداد 1402

تاریخ بازنگری: مرداد 1404

سایت بیمارستان سینا
<https://sinahosp.tbzmed.ac.ir>

مراقبت:

- طبق دستور پزشک پانسمان خود را هر ... روز تعویض کنید
- طبق دستور پزشک روز بعد از ترخیص استحمام کنید
- گن مخصوص خود را تا ... ماه طبق دستور پزشک استفاده کنید و هنگام استحمام یا تعویض پانسمان خارج نمایید.
- از وارد کردن فشار بر روی نواحی عمل شده بپرهیزید.
- طبق دستور پزشک ... روز بعد به پزشک مراجعه کنید

رژیم:

- پس از شروع تغذیه هیچ ممنوعیت غذایی ندارید مگر در موارد داشتن بیماری های زمینه ای (دیابت، فشارخون،)
- از مصرف مواد غذایی نفاخ مانند حبوبات، نوشابه های گازدار، شیر، آب میوه های صنعتی بپرهیزید.
- جهت جلوگیری از یبوست از مایعات فراوان، سبزیجات و میوه تازه مصرف نمایید.

_ مواد غذایی را در حجم کم و دفعات زیاد مصرف نمایید.

-آناناس تازه حاوی ماده بروملین و ویتامین ث است که در رفع کبودی و ورم موثر است .

آموزشهای حین ترخیص:

1_ داروها را بطور منظم و طبق دستور پزشک استفاده کنید.

2- پس از ترخیص در روز تعیین شده توسط پزشک تان، به پزشک مراجعه کنید
آموزشهای حین ترخیص:

3_ در صورت مشاهده علائم زیر به اورژانس یا پزشک مراجعه کنید:

- 1-خونریزی ناحیه عمل
- 2-ترشحات چرکی و بدبو
- 3-تب و لرز
- 4-درد شدید که به مسکن پاسخ نمی دهد
- 5-باز شدن بخیه های محل عمل جراحی.
- 6-تنگی نفس همراه با تپش قلب .