

بسمه تعالی



مرکز آموزش‌های تخصصی  
دانشگاه علوم پزشکی تهران  
مرکز آموزش‌های توانی سینا

## عمل جراحی برداشتن پستان

تهیه و تنظیم : سوددار کارشناس پرستاری

تایید کننده علمی: اساتید بخش جراحی

منبع : کتاب آموزش به بیمار

تالیف ماری ام. کانابو ترجمه دکتر نصیریانی

تاریخ تدوین اسفند ۱۳۹۸

تاریخ بازنگری = شهریور ۱۴۰۱

## آموزش‌های حین بستری :

۱- دستبند شناسایی را که به دست غالب شما بسته شده است تا زمان ترخیص نگهداری کنید.

۲- به علت شیوع کرونا ملاقات ممنوع است.

۳- به علت خطر سقوط از تخت همیشه نرده کنار تخت بالا باشد .

۴- حتماً "قبل از خروج از تخت ۱۰ دقیقه در وضعیت نشسته و پاها آویزان باشد و سپس اقدام به خروج از تخت نمایید.

۵- جهت پیشگیری از کرونا، شستشوی دست، فاصله اجتماعی ، بهداشت فردی انجام گردد و از ماسک استفاده کنید.

۶- همراه بیمار باید قبل از انجام هر اقدامی برای بیمار، به پرستار اطلاع دهد.

۷- نام پزشک خود را بدانید و نام پرستار خود را در هر شیفت بپرسید.

۸- درمورد فعالیت و نوع تغذیه از پزشک یا پرستار خود سوال کنید.

## آموزش‌های قبل از عمل:

۱- شب قبل از عمل جراحی حمام کنید.

۲- به دلیل امکان تهوع و استفراغ بعد از عمل، از شب قبل از عمل ناشتا بمانید.

۳- 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.

۴- در صورتیکه آسپرین، وارفارین یا داروهای کنترل کننده قند خون و فشار خون مصرف می کنید، حتماً به پزشک و پرستار اطلاع دهید.

۵- لطفاً هر نوع بیماری یا حساسیت دارویی و یا سابقه جراحی قبلی خود را به پزشک و پرستار بخش اطلاع دهید.

۶- در صورت مصرف سیگار و یا هر نوع ماده مخدر دیگر به پزشک و پرستار بخش اطلاع دهید و از ۲۴ ساعت قبل از عمل از مصرف سیگار خودداری کنید.

### مراقبتهای بعد از عمل:

بعد از عمل چیزی نخورید تا پرستار اجازه دهد. پس از جراحی وجود سوزش، درد گلو و تهوع، درد ناحیه عمل امری طبیعی است و در صورت تهوع سر را به یک طرف بچرخانید تا ترشحات معده به حلق راه نیابد. سرفه و تنفس لب غنچه ای خطر عفونت ریوی را به حداقل کاهش می دهد. دهان خود را بسته، از طریق بینی یک نفس عمیق کشیده و با ۲ شماره بازدم را با دهان باز انجام دهید. در هنگام سرفه حتما ناحیه جراحی را توسط دست حمایت کنید.

۱- بعد از عمل برداشتن سینه، بیمار با درن مرخص می شود و درن ۳ تا ۷ روز در محل باقی می ماند.

۲- روز دوم بعد از عمل بیمار می تواند دوش بگیرد و برای پیشگیری از عفونت ۳ تا ۵ روز، روزانه یک پانسمان خشک روی ناحیه برش قرار داده شود.

۳- ورزش از روز دوم بعد از عمل باید شروع

شود. ورزش های بعد از ماستکتومی ۳ بار در روز هر بار به مدت ۲۰ دقیقه انجام میشود.

۴- تا زمانی که درن ها و بخیه ها برداشته نشده اند مواد خوشبو کننده و ضد عرق استفاده نکند.

۵- مجاز به انجام تزریقات، و گرفتن خون و کنترل فشار خون در بازوی طرف مبتلا نیستند.

۶- تا زمانی که تورم از بین برود و زخم ناحیه بهبود یابد از سوتین و پروتز استفاده نشود.

۷- لباس تنگ نباشد از جواهرات و کیف دستی در بازوی طرف مبتلا استفاده نکند.

۸- گرفتن دوش قبل از ورزش به نرم شدن عضلات کمک می کند.

۹- انجام فعالیت های خود مراقبتی مثل مسواک زدن، شستن صورت، شانه کردن از نظر جسمی

و روانی اثر درمانی دارد.

۱۰- عموماً بیمار باید از بلند کردن اجسام سنگین

خودداری کند.

۱۱- تورم موقت در اندام مبتلا در طی دوره

بهبودی شایع است و این زنان باید بازوهای خود را بالاتر از سطح قلب برای ۴۵ دقیقه سه بار در

روز قرار دهند.