

آموزش‌های بدو بستری :

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

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

3- در صورت اجازه پزشک برای خروج از تخت ابتدا نشسته و سپس پاها را از لبه تخت آویزان نمایید و در صورت نداشتن سرگیجه با کمک همراه خود و یا کمک بهیار از تخت خارج شوید.

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

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

6- در مورد فعالیت و نوع تغذیه از پزشک یا پرستار خود سوال کنید.

7- در موقع ترخیص از زمان و مکان مراجعه به پزشک آگاه باشید.

مراقبت های قبل از بیهوشی :

شب قبل از عمل موضع عمل را با ماشین موزر بتراشید و استحمام کنید

لنز ، عینک و دندان مصنوعی خود را در قاب مخصوص بگذارید. زیرا همراه بودن آن در حین بیهوشی خطرناک است. تا 24 ساعت قبل از عمل سیگار و مواد مخدر و مشروبات الکلی مصرف نکنید. زیرا بر میزان تزریق داروهای بیهوشی و مراقبت های حین و بعد از آن اثر مستقیم دارد .

شب قبل از عمل شام سبک بخورید و تا 8 ساعت قبل از عمل ناشتا باشید. لباسهای زیر و جوراب های خود را قبل از رفتن به اتاق عمل در بیاورید

آموزش‌های حین بستری :

مراقبت های بعد از بیحسی نخاعی :

تا مدتی پس از عمل پاهایتان حس نخواهد داشت لذا تازمانی که حس پاهایتان بر نگشته است بالش زیر سرتان باشد

پس از برگشت حس پاها (تا حدود دو ساعت پس از عمل) بالش را از زیر سر خود برداشته و تا 24 ساعت سر خود را بالاتر از سطح بدن نیاورید.

از زمانی که اجازه نوشیدن مایعات پیدا کردید ، مایعات زیاد بنوشید (آب ، آب مبله ، چای کرنگ ، قهوه و.....) تا از سردرد پیشگیری شود .

آموزش‌های لازم در تورشن بیضه :

1- چرخیدن در تخت ، سرفه کردن ، تنفس عمیق و خارج شدن از بسترو حرکت مهم است .

2- در صورت نیاز مسکن و ضد استفراغ تزریق خواهد شد.

3- روش حمایتی بی حرکت و ثابت کردن برش جراحی حین سرفه و عطسه و سکسکه کردن توسط دست یا بالش محکم نگه دارید. با حذف سیگار می توانید از سرفه بعد از عمل جلوگیری کنید.

4- انجام تنفس عمیق و باز دم با لبهای غنچه به باز شدن ریه ها کمک میکند.

5- برای کنترل درد، ضد درد تزریق می شود. می توانید از روشهای کنترل درده شامل موسیقی درمانی و خیال پردازی هدایت شده به جای استفاده از مسکنهای مخدر مفید است چون باعث بیبوست میشوند .

6 - از کیسه یخ برای تسکین درد و تورم استفاده شود. یخ را در پلاستیک گذاشته و

آن را در طرف آسیب دیده بگذارید و با یک پارچه یخ را از پوست جدا کنید. هر بار ۱۰-۵ دقیقه یخ را روی موضع قرار دهید. در صورت لزوم این کار را تکرار کنید.

7-

8- برای تسکین درد تورم بیضه از محافظ بیضه استفاده میشود. بیضه بایک حوله لوله شده بالا قرار داده شود.

9- معمولاً 24-48 ساعت درد خواهید داشت .

10- از نشستن به مدت طولانی خودداری کنید چون باعث افزایش تورم بیضه میشود. -بعد از پانسمان از محافظ بیضه استفاده شود.

مراقبت‌های بعد از ترخیص:

1- یک هفته بعد از عمل برای ویزیت و برداشتن بخیه ها حتما نزد پزشک معالج خود مراجعه کنید.

علامت مهم برای مراجعه فوری به اورژانس یا پزشک معالج

1- تب پایدار بیشتر از 38 درجه

2- التهاب ، قرمزی و ترشحات زخم

3- خونریزی از محل عمل

4- عدم دفع ادرار

5- قرمزی، درد، بزرگتر و سفت تر شدن کیسه بیضه

6- تورم کشاله ران

7 گریه مداوم کودک

خود مراقبتی :

1- روی ناحیه عمل بعد از جراحی پانسمان با گاز زیاد قرار دهید.

2 -پانسمان محل عمل یک روز در میان و در صورت ترشح روزانه تا سه روز انجام شود.

3 -حمام پنج روز بعد از عمل در صورت صلاح دید پزشک معالج انجام شود.

4- برای جلوگیری از عفونت، محل زخم را تمیز نگه دارید.

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی سینا تبریز



تورشن بیضه

تهیه و تنظیم: عبدی کارشناس پرستاری

منبع: کتاب آموزش به بیمار

تالیف ماری ام. کانابو ترجمه دکتر نصیریانی

تایید کننده علمی: اساتید بخش ارولوژی

تاریخ تدوین آبان 1398

تاریخ بازنگری: مرداد 1403

سایت بیمارستان سینا

[/https://sinahosp.tbzmed.ac.ir](https://sinahosp.tbzmed.ac.ir)

جهت دریافت آموزشهای لازم و برنامه ویزیت پزشکان
درمانگاه بیمارستان سینا، به کانال تلگرام آموزش سلامت
بیمارستان سینا ملحق شوید

@amuzesh_salamat

واحد آموزش سلامت

آموزش سلامت:

از مصرف نوشیدنی های حاوی الکل پرهیزید / از استعمال
دخانیات پرهیزید/ از استرس و اضطراب دوری نمایید / تغذیه
سالم داشته باشید و از اضافه وزن پرهیزید

- 5- از پوشش گشاد استفاده کنید.
- 6- از زور زدن هنگام دستشویی جلوگیری نمایید و از توالت
فرنگی استفاده کنید.
- 7- داروهای تجویزی پزشک را به طور مرتب مصرف نمایید.

رژیم:

- سعی کنید از غذاهای نفاخ مثل انواع حبوبات
و...کمتر استفاده کنید .
- بیشتر از غذاهای دارای فیبر زیاد مثل میوه ها، کاهو و...که
باعث تسهیل در اجابت مزاج میشوند استفاده نمایید.
در صورت عدم تجویز رژیم غذایی خاص، رژیم غذایی
معمولی می باشد.

فعالیت:

- 1-از بلند کردن وسایل سنگین تا سه هفته بعد از جراحی و
انجام فعالیتهای شدید، ورزشهای سنگین، رانندگی طولانی
مدت و سرفه های شدید و ممتد خودداری نمایید.
 - 2-دورهای مکرراستراحت برای خودبرنامه ریزی
بکنید و در صورت تحمل، فعالیتهای خود را به آهستگی افزایش
بدهد و میتواند فعالیت طبیعی خود را ظرف یک هفته از سر
بگیرد.
 - 3- از بالا رفتن از پله ها و نوشستن برای طولانی مدت (بیش از
دو ساعت) خودداری نماید.
- تاوقتی پزشک اجازه نداده است از بلند کردن اجسام سنگین
تر از 5 کیلوگرم، کار، یا ورزشهای تماسی و پر تقلا خودداری
نماید.