

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 پاهای خود 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 بیهوشی نخاعی :

تا مدتی پس از عمل پاهایتان حس نخواهد داشت لذا تازمانی که حس پاهایتان برنگشته 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 میوه ، چای کم رنگ و.....) تا از سردرد پیشگیری شود .

مراقبت بعد از بیهوشی عمومی :

- در صورت داشتن تهوع و استفراغ سر خود را به یک طرف برگردانید و محتویات دهانتان را خالی کنید .

- تا زمان لازم ناشتا بمانید و در صورتی که سرفه داشتید ، برای پیشگیری از درد دست خود را روی محل عمل گذاشته و آرام سرفه کنید .

در صورتی که شما همان روز عمل مرخص شدید از رانندگی و انجام کارهای حساس و پیچیده و تصمیم گیری های مهم اجتناب کنید .

آموزش‌های لازم در عمل جراحی فتق:

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

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

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

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

5- بیمار بهتر است 6-8 ساعت بعد از عمل کم کم بنشیند و سپس با کمک همراه اطراف تخت راه برود. بهتر است طی هفته اول از راه رفتن غیر ضروری خودداری کنید.

6- به منظور کاهش ادم و ناراحتی در ناحیه بیضه از کیسه یخ یا محافظ بیضه استفاده بکنید.

7- در بیماران دیابتی کنترل مناسب قند، روند ترمیم زخم را بهبود میبخشد.

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی سینا تبریز



فتق

تهیه و تنظیم: عبدی کارشناس پرستاری

منبع: کتاب آموزش به بیمار

تألیف ماری ام. کانابیو، 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

3. مصرف ضد دردها و نرم کننده های مدفوع و ملین و آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک مصرف کنید در صورت اسهال و بی اشتهاهی به علت آنتی بیوتیکها می باشد به پزشک معالج مراجعه فرمایید.

4- در صورت عفونت، تب، درد، تورم، قرمزی، گرمی، ترشح چرکی و بوی تعفن از برش جراحی، نفخ شکمی، تهوع و استفراغ، جدا شدن لبه های زخم از یکدیگر، عود فتق (تورم سفت، دردناک، کروی و برگشت ناپذیر در ناحیه کشاله ران) به اورژانس یا پزشک معالج بکند.

5- یک هفته بعد حتما جهت برداشتن بخیه ها به نزد پزشک معالج مراجعه شود تا در صورت صلاح دید پزشک معالج بخیه برداشته شوند.

6- ثابت کردن ناحیه جراحی به مدت 6 هفته پس از جراحی مهم است.

7- برای انجام کارهای دفتری 2 هفته (کارهای پشت میز) و کارهای سخت 6 هفته بعد از جراحی شروع شود.

8- از استعمال لوسیون ها و پمادها بر روی برش جراحی تا زمان التیام و بسته شدن کامل لبه های زخم اجتناب کنید.

9- تا 6 هفته از سرفه کردن شدید، زور زدن، کشیدن بدن، بیبوست، بلند کردن اجسام سنگین تر از 5 کیلوگرم، تمرینات ورزشی پرهیز کنید.

8- رژیم غذایی پس از عمل تا 6-8 ساعت چیزی خورده نشود تا دستگاه گوارش فرصت لازم برای رسیدن به شرایط قبل از عمل را پیدا کند. سپس مایعات غذاهای سبک مثل سوپ مصرف کنید. پس از ترخیص لازم است از غذاهایی که باعث جلوگیری از بیبوست میشوند استفاده کنید. این غذاها شامل سالاد و سبزیجات و میوه جات (نه آبیوه) است که همراه با غذای معمولی استفاده کنید. در صورتی که ممنوعیت مصرف در آب رانداشته باشید روزانه 2-3 لیتر آب بنوشید. صبح روز پس از عمل پانسمان تعویض می شود. این پانسمان به مدت دو روز حفظ کنید و در صورت نداشتن ترشح از محل زخم، نیاز به پانسمان مجدد نمیباشد. البته با نظر پزشک معالج

مراقبتهای بعد از ترخیص:

1- پانسمان محل عمل یکروز در میان البته با نظر پزشک معالج از پزشک در مورد پانسمان حتما سوال شود.

2- به منظور جلوگیری از کشیدگی ناحیه برش جراحی و ایجاد ناراحتی در ناحیه بیضه (در صورتی که ادم داشت) برای چندین هفته از فعالیت جنسی خودداری کند.