

## 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 بیحسی 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 مبهوه ، چای کرنگ ، قهوه 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 بعد از عمل واریکوسل :

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

2- روش حمایتی بی حرکت و ثابت کردن برش جراحی حین سرفه و عطسه و سکسکه کردن توسط دست یابالش محکم نگه دارید . با حذف 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- پس از عمل حدود 6-8 ساعت پس از عمل می توانید

روی تخت بنشینید و پاها را از لبه تخت آویزان کنید و سپس

با کمک همراه راه بروید ولی بهتر است تا 48 ساعت اول

بعد از عمل فعالیت محدود داشته و فقط در موارد

ضروری (مثلا برای رفتن به دستشویی) از جای خود حرکت

کنید.

5- رژیم غذایی: حدود هشت ساعت پس از عمل می توانید

بتدریج از مایعات استفاده کنید.

6- معمولا 24-48 ساعت درد خواهید داشت .

7- از نشستن به مدت طولانی خودداری کنید چون باعث

افزایش تورم محل عمل میشود.

### مراقبت‌های بعد از ترخیص:

1 -پانسمان شما قبل از ترخیص تعویض میشود. این پانسمان

را دو روز بعد از عمل می توانید بردارید و اگر ترشحاتی

وجود نداشته باشد پس از آن دیگر نیاز به پانسمان ندارد

البته عدم انجام پانسمان با نظر پزشک معالج می باشد. در

صورت انجام پانسمان و نداشتن ترشح یک روز در میان

انجام شود.

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی سینا تبریز



### واریکوسل :

تهیه و تنظیم عبدی کارشناس پرستاری

منبع : کتاب آموزش به بیمار

تالیف ماری ام. کاتابیو، 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

7 - تا چند هفته بعد از جراحی نباید فعالیت های طاقت فرسا و سنگین انجام دهید و در مورد شروع فعالیت از پزشک معالج سوال شود.

-یک هفته پس از عمل می تواند به فعالیتهای عادی بازگردید.

بعد عمل باید از انجام کارهای سنگین 4تا6 هفته خودداری کنید

- دوره های مکرراستراحت برای خودبرنامه ریزی بکنید

و در صورت تحمل، فعالیتهای خود را به آهستگی افزایش بدهید

ومی تواند فعالیت طبیعی خود را ظرف یک هفته از سر بگیرید.

-بالارفتن از پله ها و نشستن برای طولانی مدت (بیش از دو

ساعت) خوداری نماید.

-تا وقتی پزشک اجازه نداده است از بلند کردن اجسام سنگین تر

از 5 کیلو، کار، یا ورزشهای تماسی و پر تقلا خوداری نماید.

8- پس از شروع تغذیه هیچ ممنوعیت غذایی ندارید مگر در

موارد داشتن بیماری های زمینه ای (دیابت، فشارخون، ....)

تغذیه را با غذاهای نرم شروع کنید.

مایعات فراوان بنوشید.

2 - در صورتی که محل زخم ترشح نداشته باشد، 4-5 روز بعد از عمل می توان به حمام رفت البته با دستور پزشک معالج و پوست محل عمل به آهستگی خشک شود.

4-چنانچه به علت ناباروری تحت عمل واریکوسل قرار گرفته

اید، باید در فواصل سه ماهه با آزمایش اسپرم به پزشک

مراجعه نمایید. بهبود آزمایش حدود سه الی دوازده ماه طول

می کشد.

5- - یک هفته بعد از عمل برای ویزیت و برداشتن بخیه ها

حتما نزد پزشک معالج خود مراجعه فرمایید. در صورت

صلاحدید پزشک معالج بخیه 7-10 روز بعد از عمل پراشته

میشود.

6 - در صورت وجود این علائم پس از عمل، فوراً به اورژانس

یا پزشک معالج مراجعه نمایید: تب بالاتر از 38

درجه، خونریزی یا ترشح زیاد و چرکی از محل عمل، تورم

شدید در ناحیه عمل یا اطراف بیضه ها، ناحیه عمل در لمس

دردناک باشد و باز شدن بخیه ها