

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- حتما"قبل از خروج از تخت 10 دقیقه در وضعیت نشسته و پاها آویزان باشد .وسپس اقدام به خروج از تخت نمایید.
- 4- همراه بیمار باید قبل از انجام هر اقدامی برای بیمار ،به پرستار اطلاع دهد.
- 5-نام پزشکی خود را بدانید ونام پرستار خود را در هر شیفت بپرسید.
- 6- درمورد فعالیت و نوع تغذیه از پزشک یا پرستار خود سوال کنید.
- 7- 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-شب قبل از عمل جراحی حمام کنید.
- 2- به دلیل امکان تهوع و استفراغ بعد از عمل از شب قبل از عمل ناشتا بمانید.
- 3- موقع 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.
- 4- اگر آسپرین، وارفارین یا داروهای کنترل کننده قند خون و فشار خون مصرف می کنید، حتما به پزشک و پرستار اطلاع دهید.
- 5- لطفا هر نوع بیماری یا حساسیت دارویی و یا سابقه جراحی قبلی خود را به پزشک و پرستار بخش اطلاع دهید
- 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:

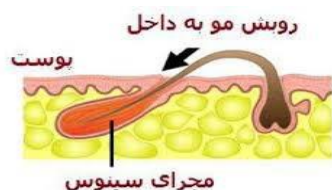
- 1-تا چند ساعت بعد از عمل چیزی نخورید تا توسط پرستار به شما گفته شود.
  - 2- پس از جراحی در صورت تهوع سر را به يك طرف بچرخانید تا ترشحات معده به حلق راه نیابد.
- آموزشهای حین ترخیص:
- علائم مهم برای مراجعه فوری به اورژانس یا پزشک معالج :
- در صورت مشاهده ي هر گونه علائم عفونت (التهاب، قرمزي، گرمی، ترشحات چرکی، تب ) و علائم خونریزی سریعا به پزشک خود مراجعه کنید.



دانشگاه تبریز

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی سینا

## سینوس پیلونیدال



رویش مو به داخل

بوست

مجرای سینوس

گردآوری : سهیلا احمدی  
سوپروایزر آموزش سلامت

تایید کننده علمی: اساتید جراحی

تاریخ تدوین: اردیبهشت 1403

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

واحد آموزش سلامت

### رژیم:

- پس از شروع تغذیه هیچ ممنوعیت غذایی ندارید مگر در موارد داشتن بیماری های زمینه ای (دیابت، فشارخون، ...)
- رژیم غذایی باید مواد دارای فیبر (سبزیجات، میوه جات و...) باشد.
- غذاهای نفخ آور و یا ایجاد بیوست مانند ماست، برنج، حبوبات استفاده نکنید.

### فعالیت:

- برای جلوگیری بیوست بعد از عمل جراحی پیاده روی کنید.
- فعالیت های روزمره خود را می توانید روز بعد از عمل شروع کنید. از بلند کردن وسایل سنگین بپرهیزید.

سعی کنید فشار مستقیم به محل جراحی وارد نکنید و روی محل جراحی نخوابید، ترجیحا به پهلو بخوابید.

طبق دستور پزشک از .... روز بعد از عمل استحمام نمایید. و پس از حمام، محل جراحی را با گاز استریل خشک کنید.

تعویض پانسمان:

پانسمان طبق دستور پزشک هر ..... روز در شرایط بهداشتی انجام شود.

تا حد امکان از توالت فرنگی استفاده شود.