



راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین بستری

تیروئیدکتومی

❖ اقدامات قبل از عمل

- ✓ شب قبل از عمل ، شام سوپ میل کرده واز نیمه شب ناشتا باشید.
- ✓ در صورت داشتن آرایش و لاک ناخن آن را پاک کنید.
- ✓ موهای موضع عمل ، قبل از عمل باید تراشیده شود. قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه (ادرار) را تخلیه نمایید.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل زیور آلات، اجسام فلزی، گیره سر، دندان مصنوعی و غیره را خارج کنید.
- ✓ کلیه لباس ها (لباس زیر، جوراب و ...) را در آورید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید.
- ✓ در صورت داشتن سابقه بیماری و سابقه حساسیت (دارویی، غذایی) پرستار و پزشک معالج را در جریان امر قرار دهید.
- ✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید و تحت درمان هستید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود.
- ✓ بی حرکتی پس از عمل می تواند باعث رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه ها گردد، لذا ورزش های تنفسی و چرخش پا را بلافاصله پس از عمل انجام دهید.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل برای شما سرم وصل شده و ممکن است برای پیشگیری از عفونت طبق دستور پزشک آنتی بیوتیک تزریق شود .

❖ رژیم غذایی و تغذیه

✓ روز اول نباید چیزی بخورید، از زمانی که پرستار به شما اجازه داد ابتدا رژیم مایعات (سرد و یخ) شروع کنید.

✓ از روز بعد از عمل جراحی استفاده از غذاهای نرم که نیاز به جویدن ندارد، را شروع نمایید.

✓ معمولاً اشکال در بلع وجود دارد که پس از شروع تغذیه می توانید از نوشیدنی های خنک و مواد نرم استفاده کنید.

❖ فعالیت

✓ در بستر پاها را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود. بهتر است هر چه زودتر از بستر خارج شده و راه بروید.

✓ استراحت نسبی داشته باشید و برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمایید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.

❖ مراقبت

✓ در صورت اشکال در بلع و احساس پری در پایین گردن اطلاع دهید.

✓ پس از عمل به صورت نیمه نشسته قرار بگیرید، سر را بالا قرار دهید و می توانید سر را با قرار دادن چند بالش بالا نگه دارید.

✓ از چرخاندن سر به طور مکرر اجتناب کنید تا فشار روی بخیه ها وارد نشود.

✓ پس از عمل یک یا دو لوله جهت تخلیه ترشحات تعبیه خواهد شد که قبل از ترخیص برداشته خواهد شد.

✓ پس از عمل، در هنگام گرداندن سر و نشستن، دستها را پشت سر قرار دهید تا از فشار آمدن بر روی ناحیه جراحی جلوگیری شود.

✓ پس از عمل در صورت بروز لرزش ماهیچه به خصوص اطراف دهان، گزگز، کرختی، خارش، سفتی عضلات را اطلاع دهید .

✓ جهت کاهش تورم تارهای صوتی به آرامی صحبت کرده و از بلند صحبت کردن خودداری کنید.

✓ از استرس و ناراحتی اجتناب کنید و آرامش داشته باشید.

✓در صورت احساس سنگینی و فشار بر ناحیه برش جراحی یا اشکال در بلع، بلافاصله به پرستار اطلاع دهید.

✓در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.

❖ دارو

✓داروها (سرم ، آنتی بیوتیک ، مسکن) طبق دستور پزشک در ساعات و فواصل معین توسط پرستار به شما داده می شود.

References : 1. clinicalkey 2. mayoclinic 3. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing 4. familydoctor 5. Betterhealth

تهیه شده در واحد آموزش سلامت بیمارستان افضل پور کرمان. بهار 1403

034 31328143