



راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین بستری

مول

❖ اقدامات و توصیه های قبل از عمل

- ✓ شب قبل از عمل، شام سوپ میل کرده و از نیمه شب ناشتا باشید.
- ✓ در صورت داشتن آرایش و لاک ناخن آن را پاک کنید.
- ✓ موهای موضع عمل، باید قبل از عمل تراشیده شود.
- ✓ قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه (ادرار) را تخلیه کنید.
- ✓ 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، 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.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل به شما سرم وصل می شود.

❖ رژیم غذایی

✓ در صورت هوشیاری کامل و عدم وجود تهوع و استفراغ، رژیم مایعات را طبق دستور پزشک و با اجازه پرستار شروع کنید و در صورت عدم توانایی هضم مواد غذایی و ایجاد حالت تهوع و استفراغ به پرستار اطلاع دهید.

✓ جهت جبران مایعات از دست رفته مایعات فراوان مصرف کنید.

❖ فعالیت

✓ پس از اجازه پزشک برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان کنید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.

❖ مراقبت

✓ جهت پیشگیری از عوارض بعد از عمل جراحی، تمرینات تنفسی و ورزش های پارا انجام دهید.

✓ جهت جلوگیری از ایجاد ترومبوز ورید عمقی یا لخته در پاها توصیه می شود که چند ساعت پس از عمل به تدریج از تخت خارج شوید و راه بروید.

✓ اگر خونریزی شما شدید است و احساس ضعف، سرگیجه، یا منگی می کنید، به پرستار خود اطلاع دهید.

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

✓ جهت به حداقل رساندن عفونت های بیمارستان در مدت بستری، بهداشت فردی اعم از بهداشت ناحیه ادراری، تناسلی و شستشوی دست ها با صابون را رعایت کنید.

داروها (آنتی بیوتیک و مسکن) طبق دستور پزشک در فواصل و زمان معین توسط پرستار به شما داده می شود. در صورتی که در زمان تزریق آنتی بیوتیک احساس تنگی نفس و خارش داشتید و یا دانه های قرمز روی پوست خود مشاهده کردید پرستار خود را در جریان قرار دهید.

✓ داروها در فواصل مشخص توسط پرستار به شما داده می شود.

✓ از دست کاری سرم ها و تنظیم آن خودداری کنید.

✓ با تیم درمانی همکاری لازم را داشته باشید.

✓ از مصرف دارو بدون تجویز پزشک و خوسرانه خودداری کنید.

✓ مرتباً لباس های زیر خود را تعویض کنید.

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