

راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین ترخیص

کله سیستکتومی

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ از غذاهای کم چربی استفاده نموده و میتوانید رژیم غذایی خود را تغییر داده با نظر پزشک و مشاور تغذیه و هر نوع غذایی را آزادانه مصرف نمایید.
- ✓ غذا را در حجم کم و به دفعات زیاد میل نمائید و غذاهای حاوی چربی را بتدریج برای حدود ۶ - ۴ ماه به رژیم غذایی خود اضافه کنید.
- ✓ از نوشابه های الکلی استفاده نکنید.
- ✓ از غذاهای سرخ شده، آجیل، زیتون، مواد شور از قبیل خیار شور، ذرت بوداده و چاشنی ها پرهیز نمائید.

❖ فعالیت

- ✓ از بلند کردن اجسام سنگین بیش از ۲ تا ۶ هفته بعد از عمل اجتناب نمایید.
- ✓ بهتر است در چند هفته اول از کار بدنی سنگین پرهیز نمایید.
- ✓ بهتر است تا یک هفته از رانندگی اجتناب نمائید.

❖ مراقبت

- ✓ استحمام را از روز دوم بعد از عمل و بلافاصله بعد از برداشتن پانسمان و بصورت روزانه انجام دهید.

✓ زخم را باز و خشک نگهداری کنید .

✓ محل سوراخ درن را روزانه از نظر عفونت کنترل کنید و با آب و صابون شستشو دهید.

❖ دارو

✓ جهت تسکین درد از داروی مسکن تجویز شده طبق دستور پزشک استفاده نمائید.

✓ در صورت تجویز آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک یک دوره کامل آن را در فواصل معین مصرف کنید.

❖ زمان مراجعه بعدی

✓ جهت کشیدن بخیه ها 10 - 7 روز بعد از عمل.

✓ جهت دریافت نتیجه پاتولوژی.

✓ در صورت درد شدید شکم، تهوع و استفراغ، تب، ضعف و بیحالی یا بی اشتهاپی شدید.

✓ در صورت دیدن علائمی چون قرمزی، ترشح ، تورم، درد، تب و زردی.

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 افصلی پور کرمان. بهار 1403

034 31328143

