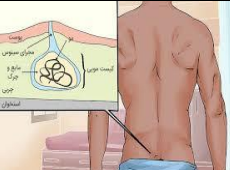


خود مراقبتی بعد از عمل جراحی سینوس پایلونیدال

سینوس در شکاف بین دو باسن روی سطح پشتی استخوان دنبالچه به علت رفتن مو به داخل پوست ایجاد می شود. عوامل ایجاد کننده ی آن نیروهای سایشی مانند باسن بزرگ به هم چسبیده و پرمو، پوشیدن لباس تنگ و... است که باعث ساییدن دو باسن می شود.

	۱ *اگر زخم بسته باشد به مدت ۷-۱۰ روز نباید با قدم های باز راه بروید یا چهار زانو بنشینید و لازم است از توالت فرنگی استفاده کنید. به مدت یک ماه از رفتن به مسافرت خودداری نمایید. *از نشستن های طولانی و همچنین رانندگی طولانی به دلیل ایجاد نیروهای سایشی اجتناب شود.
	۲ از زمانی که بتوانید بعد از جراحی شروع به تغذیه نمایید، محدودیتی در رژیم غذایی ندارید. *بهبتر است مواد غذایی پر فیبر مثل میوه و سبزیجات را طی ۶-۴ بعد از عمل جهت جلوگیری از یبوست مصرف نمایید.
	۳ بعد از ترمیم زخم، لازم است نکاتی را در زمینه ی پرهیز از پوشیدن لباس تنگ و نشستن های طولانی رعایت کنید. *اگر سینوس بزرگ باشد یا در مواردیکه عفونت یا آبسه وجود دارد زخم را باز می گذارند تا خود بخود بسته شود. در این روش خطر بروز آبسه یا عفونت کمتر است.
	۴ جهت کاهش درد به مدت طولانی ننشینید و از داروی مسکن تجویز شده توسط پزشک استفاده نمایید.
	۵ در زخم های بسته ۴۸ ساعت پس از ترخیص پانسمان را برداشته زیر دوش حمام نمایید. در زخم های باز ۴۸ ساعت پس از عمل پانسمان را بردارید و محل زخم را با شامپوی بچه شسته و با فشار ملایم آب کاملاً داخل زخم را عمیق شستشو دهید. پس از حمام با سرم نرمال سالین ضد عفونی و پانسمان نمایید.
	۶ در صورت بروز هر یک از موارد زیر سریعاً به پزشک مراجعه کنید: *تورم محل عمل *استفراغ مداوم *اسهال بیشتر از ۶ بار در روز *قرمزی محل عمل *هر گونه ترشح از محل عمل *درد شدید محل عمل *دمای بدن بیشتر از ۳۸ درجه
	۷ روز ترخیص اگر نیاز به پرستار مراقب در منزل جهت انجام پانسمان دارید به پرستار خود اطلاع دهید.

*مددجوی گرامی بارکد ذیل را جهت استفاده از مطالب آموزشی و معرفی واحد پیگیری و آموزش بیمار پس از ترخیص، با گوشی موبایل خود اسکن نمایید.

واحد ارتقاء سلامت مرکز آموزشی درمانی شهید مدنی - ۱۴۰۴

