

مراقبت های بعد از عمل های جراحی شکم در منزل پس از ترخیص

	۱ در منزل به صورت نسبی استراحت نمایید (گاهای استراحت و گاهای انجام فعالیت های شخصی حداقل به مدت ۷ تا ۱۰ روز)	۱
	۲ رژیم غذایی حاوی ، مصرف مایعات طبیعی (خودداری از مصرف آب میوه های صنعتی) ، میوه ، سبزیجات ، پروتئین (سفیده تخم مرغ ، گوشت سفید و قرمز) بهتر است جهت پیشگیری از نفخ و فشار به ناحیه عمل ، غذا به مقدار کم در دفعات متعدد مصرف شود) و از مصرف مواد غذایی نفاخ پرهیز شود.	۲
	۳ هنگام عطسه و سرفه دست خود را روی ناحیه عمل قرار داده و از آن حمایت کنید.	۳
	۴ در صورتی که با داشتن درن لوله ای در ناحیه عمل مرخص شدید از آن مراقبت کنید (مراقب باشید کشیده و خارج نشود) و از تخت آویزان باشد تا ترشحات ناحیه عمل خارج شود	۴
	۵ در منزل جهت پیشگیری از نفخ و یبوست گاهای راه بروید. جهت پیشگیری از مشکلات ریوی سرفه کنید ، نفس عمیق بکشید و از مصرف سیگار پرهیزید.	۵
 پانسمان زخم را همیشه تمیز و خشک نگهدارید	۶ پانسمان خود را تمیز و خشک نگه دارید . اگر دستور تعویض پانسمان در منزل را دارید پانسمان باید طبق دستور پزشک و توسط کادر درمان تعویض شود. در صورتی که تمایل دارید پانسمان توسط مراکز ارائه دهنده خدمات پرستاری در منزل تعویض شود به پرستار خود اطلاع دهید.	۶

	۷ به مدت حد اقل ۶ تا ۸ هفته از بلند کردن اجسام سنگین و انجام فعالیت های سنگین خودداری شود.	۷
	۸ جهت انجام استحمام در صورتی که ناحیه عمل فقط بخیه داشته باشد ۷۲ ساعت (۳ روز) بعد از عمل جراحی می توانید پانسمان را برداشته و زیر دوش حمام نمایید. در صورتی که با درن مرخص شده اید نمی توانید زیر دوش حمام نمایید و با شرط عدم خیس شدن ناحیه عمل مابقی اعضاء را می توانید شستشو دهید بعد از خروج درن تا زمانی که ناحیه خروج درن کاملاً بسته نشده صبر کنید سپس بعد از بسته شدن که معمولاً ۳ روز طول می کشد می توانید زیر دوش حمام نمایید.	۸
	۹ به علائم هشدار بیماری توجه نمایید و در صورت تب و لرز ، قرمزی ، ورم ، خونریزی یا خارج شدن سایر ترشحات از ناحیه عمل جراحی احساس درد پیشرونده در محل زخم و بخیه ها ، استفراغ ، کاهش اشتها ، مشکلات تنفسی ، گرفتگی عضلات یا ورم اندام ها ، شل بودن مدفوع به مدت دو روز ، اسهال آبکی بیش از سه روز به پزشک مراجعه نمایید.	۹
	۱۰ پس از عمل های جراحی مانند خارج کردن زائده آپاندیس ، خارج کردن کیسه صفرا ، خارج کردن طحال یا خارج کردن هر توده دیگری از بدن ، باید جواب آسیب شناسی توده خارج شده از بدن را پیگیری نمایید و به رویت پزشک معالجتان برسانید.	۱۰

*مددجوی گرامی بارکدذیل را جهت استفاده از مطالب آموزشی و معرفی واحد پیگیری و آموزش بیمارپس از ترخیص، با گوشی موبایل خود اسکن نمایید.

واحد ارتقاء سلامت مرکز آموزشی درمانی شهید مدنی - ۱۴۰۴

