

## مراقبت های کلی بعد از جراحی ارتوپدی:

بیمار محترم لطفا توجه فرمایید:

- بیمار را الی ۲ ساعت بعد از عمل و در صورت داشتن هوشیاری کامل و اجازه ی پرستار، می تواند رژیم غذایی مایعات را شروع کند و سپس در صورت تحمل رژیم مایعات و اجازه پرستار، رژیم غذایی جامدات شروع می شود.
- جراحی انجام شده روی شما موجب درد در یکی دو روز اول میشود. در صورت عدم کاهش درد پس از بالا نگه داشتن عضو از سطح قلب و نیز خوردن مسکن تجویز شده به پزشک خود مراجعه نمایید.
- احتمال تورم در ناحیه جراحی شده وجود دارد بنابراین تا چند روز پس از عمل با بالا نگه داشتن عضو عمل شده بطور مکرر از ایجاد یا پیشرفت آن جلوگیری نمایید.
- تعویض پانسمان جراحی طبق دستور پزشک بعد از ترخیص انجام شود. (تعویض پانسمان ناحیه عمل روزانه یا یک روز در میان بعد از ترخیص طبق دستور پزشک مشخص می شود). توجه: پانسمان را به روش استریل و در مراکز درمانی و یا در منزل توسط افراد آموزش دیده تعویض کنید.



- اندامی که عمل جراحی بر روی آن انجام نشده را مرتباً ورزش دهید و عضوی که عمل جراحی بر روی آن انجام گرفته است را با مشورت و توصیه پزشک خود و رعایت محدودیتهای پیشنهاد شده حرکت دهید زیرا اینکار از بروز اختلال در سیستم گردش خون و ایجاد لخته در آن به شدت جلوگیری میکند.
- خوب شدن زخم محل جراحی و از بین رفتن التهاب دلیل بر جوش خوردن استخوان نیست. زیرا استخوان به مدت طولانی تری برای جوش خوردن نیاز دارد. ثانیاً وسایل بکار گرفته شده در عمل جراحی شما بگونه ای طراحی نشده که بتواند وزن شما را (پس از عمل جراحی پا) و یا وزن اجسام سنگین (پس از اعمال جراحی روی دست یا پا) را تحمل نمایند. بنابراین در صورت فشار زیاد ممکن است خم شود یا بشکند و یا شل شود لذا از وارد کردن فشار بیش از حد بر روی اندام عمل شده تا جوش خوردن کامل استخوان که متعاقباً از سوی پزشک به شما ابلاغ میگردد خود داری نمایید.
- برنامه فیزیو تراپی تجویز شده از سوی پزشک را جدی بگیرید.

- شما بایستی به مرور زمان و زیر نظر پزشک مربوطه فعالیت های خود را در محدودیت های پیشنهادی از سر بگیرید و هیچگاه با از بین رفتن درد، محدودیتهای پیشنهادی را بیهوده تلقی نکنید.
- رژیم غذایی را مطابق با سابقه بیماری مثل قند خون و فشار خون... رعایت نموده و رژیم غذایی متعادل با پروتئین کافی و ویتامینها برای التیام زخم در نظر داشته باشید.
- بیماران بعد از جراحی ارتوپدی معمولاً از حرکت می ترسند. لیکن بیماران باید بدانند که حرکت در محدوده توصیه شده از سوی پزشک برای آنان بسیار مفید است. لذا حرکت توسط خود بیمار و یا با کمک همراهان وی بایستی جدی گرفته شود.
- ورزشهای عضلات مچ پا و ساق پا را در ساعات بیداری هر یک ساعت انجام دهید تا گردش خون را بهبود بخشید.
- دود سیگار باعث جلوگیری از ترمیم زخم و ایجاد عفونت می شود.
- سرفه خود به خودی و تنفس عمیق در حالت نشسته باعث باز و بسته شدن ریه ها و به بهبود حال عمومی و خروج خلط از ریه کمک می کند. مرتب بعد از عمل این کار را انجام دهید.



دانشگاه علوم پزشکی دزفول  
بیمارستان بزرگ دزفول (دکتر گنجویان)  
راهنمای بیمار و خانواده

## مراقبتهای کلی بعد از عمل جراحی

### ارتوپدی



بازنگری زمستان ۱۴۰۱

دفتر آموزش سلامت همگانی

تلفن پیغامگیر آموزش سلامت: ۰۶۱-۴۲۴۲۷۱۵۰

تلفن بیمارستان: ۰۶۱-۴۲۴۲۲۰۴۱-۹

آدرس سایت: <http://ghospital.dums.ac.ir>

تایید پزشک متخصص

کد: ۲۶

عفونت یکی از خطرات جدی پس از هر گونه عمل  
میباشد لذا در صورت بروز هر یک از علائم زیر به  
پزشک خود مراجعه نمایید:

- تب و لرز
- قرمزی - حساسیت و تورم در ناحیه عمل
- تعریق شدید
- افزایش ضربان قلب
- بی قراری - تحریک پذیری
- حرکت توام با درد
- در صورت داشتن تنگی نفس، ضعف و بیحالی
- وجود ترشح چرکی بدبو به رنگ زرد یا قهوه
- ای در محل عمل (ترشحات کم خونابه ای طبیعی می باشد)



با آرزوی بهبودی و سلامتی شما

مشاور علمی: دکتر عبدالکریم طاهردباغ (جراح ارتوپد)  
منبع: برونر سودارت  
تهیه کننده: خانم آرین (سرپرستار بخش ارتوپدی)  
بازنگری: الهه جرجانی (سوپروایزر آموزش سلامت)

➤ داروهای تجویز شده از سوی پزشک را به  
درستی و با رعایت برنامه پیشنهادی مصرف  
نمایید.

➤ به اوقات پیشنهادی جهت معاینه مجدده  
پزشک توجه کامل نمایید.

➤ با رعایت بهداشت پوست خصوصا در نواحی  
تحت فشار مثل باسن . پاشنه پا و پشت سر....  
از ایجاد شکنندگی پوست جلوگیری نمایید.  
این کار را با تغییر وضعیت دادن و شستشو و  
خشک نگه داشتن قابل اجرا میباشد.

➤ بیماران پیر خصوصا آنهایی که بدون کمک  
قادر به حرکت نیستند در صورت باقی ماندن  
در بستر به مدت طولانی و یا استفاده از  
پوشک شانس بروز زخم بستر دارند لذا با  
تغییر وضیت دادن هر یک ساعت از بروز این  
گونه زخمها جلوگیری نمایید. لازم به توضیح  
است که سوء تغذیه نیز به ایجاد این نوع  
زخمها کمک می کند.

نواحی حساس به زخم بستر

