

عوارضی نظیر عفونت های سینه و ذات الریه کمک می کند.

شروع به حرکت نمایید: این کار شامل گشتن از یک طرف به طرف دیگر، حرکت دادن و کشیدن دست و پاها و راه رفتن کوتاه مدت می باشد.

حرکت کردن سهم بسزایی در بازگرداندن گردش خون و تنفس به حالت عادی دارد.

### ناراحتی های بعد از عمل جراحی:

#### تهوع:

این حالت ممکن است ناشی از جراحی و بیهوشی باشد. پس از شروع تغذیه طبق دستور پزشک تا ساعتی از خوردن غذاهای چرب و دیرهضم و سفت خودداری کنید، مایعات زیاد بنوشید، تا ساعت های اول و یا حتی چند روز پس از عمل جراحی سوپ مصرف کنید. مصرف غذاهایی مانند تخم مرغ، گوشت، ماهی و مرغ و بعضی از غلات به بهبودی بیشتر شما و خوب شدن زخم ها و ایجاد بافت های جدید کمک می کند.

### مراقبت پس از عمل جراحی چیست؟

مراقبت هایی است که فرد در روزها و هفته های پس از عمل جراحی به آن نیاز دارد.

### این مراقبت ها عبارتند از:

۱- مراقبت های جسمانی: شامل ورزش های توانبخشی، مراقبت از زخم ها و تغذیه مناسب.

۲- سازگاری های روحی: خارج شدن از حوزه امن بیمارستان به انداز هخ ورود به آن استرس زا است.

۳- کمک های عملی: نظیر حمل و نقل، کار در خانه و پخت و پز.

از آن جا که بیمار نقش بزرگی در بهبودی خود پس از عمل جراحی دارد، دانستن این مراقبت ها جهت بهبود سریع تر و کاهش عوارض عمل جراحی به وی کمک خواهد کرد.

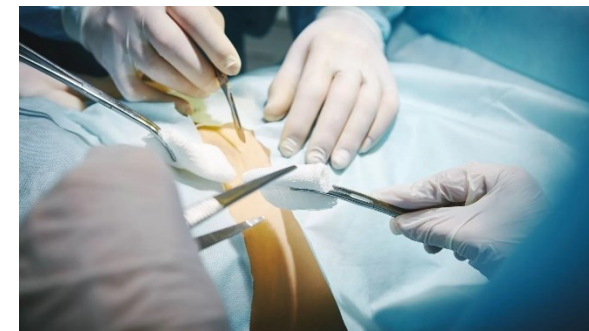
روند بهبودی بلافاصله پس از عمل جراحی شروع می شود. ممکن است بلافاصله بعد از عمل شما خواسته شود سرفه کرده و تمرینات تنفسی انجام دهید. این اعمال به بهبود گردش خون، پاک شدن ریه ها و اجتناب از



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان حضرت ولیعصر ارسنجان

### مراقبت های لازم بعد از عمل جراحی



نویسنده مدرک	محبوبه محمدی / کارشناس پرستاری
تایید کننده علمی	دکتر خانی / جراح عمومی
تاریخ تهیه	بهار ۱۴۰۲
منبع	کتاب پرستاری برونر سوارث
کد سند	Pa-B1-42/01

### بی حسی:

دردهای مبهم و واضح ممکن است ناشی از وضعیت قرارگرفتن شما به هنگام جراحی باشد حرکت دادن اندام ها، تغییر وضعیت بدن و گاهی کمی قدم زدن این حالت را برطرف می کند در صورت ادامه دار شدن مشکلاتان به پزشک اطلاع دهید.

### تورم اندام های تحتانی:

تورم پاها بعد از عمل جراحی به علت خوابیدن و عدم برگشت خون از پاها در هنگام خوابیدن و راه رفتن این حالت را برطرف می کند. در صورت تورم یک طرفه پاها و احساس درد به پزشکتان مراجعه نمایید.

### درد سینه:

ممکن است به علت بیهوشی به هنگام تنفس کیسه های هوایی ریز روی هم افتاده و ایجاد درد کنند. سرفه کردن و تنفس عمیق به اتساع مناسب ریه ها و کاهش درد کمک می کند.

### نکات مهم:

تب، التهاب و تورم محل زخم، هرگونه ترشح چرکی و بدبو از محل بخیه ها غیرطبیعی بوده و می بایست سریعاً به پزشک اطلاع داده شود.

### درد عضلانی:

این درد معمولاً به دلیل بستری شدن ایجاد می شود که با داروهای مسکن و حمام رفتن و ماساژ دادن بهبود می یابد.

### نفخ:

جراحی در ناحیه شکم باعث نفخ می شود. راه رفتن استفاده از ملین ها و مصرف غذاهای نرم چند روز بعد از عمل از کاهش این مورد جلوگیری می کند.

ناراحتی های ممانه، ممکن است ناشی از جراحی یا بیهوشی باشد. اغلب ناراحتی های دفع ادرار پس از یک با دو روز خود به خود برطرف می شود. در صورت ادامه مشکل به پزشکتان مشورت کنید.

### کنترل درد پس از عمل:

سعی نکنید با درد کنار بیایید. استفاده از داروهای مسکن جهت کنترل درد، حق مسلم شماست.