

راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری میومکتومی

اقدامات قبل از عمل:

✓ شب قبل از عمل شام سوپ میل کرده و از نیمه شب ناشتا باشید.

✓ در صورت داشتن آرایش و لاک ناخن آن را پاک کنید.

✓ موهای موضع عمل، قبل از عمل باید تراشیده شود. قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه (ادرار) را تخلیه نمایید.

✓ قبل از رفتن به اتاق عمل زیورآلات، اجسام فلزی، گیره سر، دندان مصنوعی و غیره را خارج کنید.

✓ کلیه لباس ها (لباس زیر، جوراب و ...) را در آورید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید.

✓ در صورت داشتن سابقه بیماری و سابقه حساسیت (دارویی، غذایی) پرستار و پزشک معالج را در جریان امر قرار دهید.

✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید که تحت درمان هستید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود.

✓ بی حرکتی پس از عمل میتواند باعث رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه ها گردد، لذا ورزشهای تنفسی و چرخش پا را بلافاصله پس از عمل انجام دهید.

✓ پس از عمل نفس های عمیق بکشید و سرفه کنید.

✓ قبل از رفتن به اتاق عمل برای شما سرم وصل شده و ممکن است برای پیشگیری از عفونت طبق دستور پزشک آنتی بیوتیک تزریق شود.

❖ رژیم غذایی و تغذیه:

✓ 24-12 ساعت بعد از عمل میتوانید برنامه غذایی خود را نیز آغاز کنید.

✓ بعد از شروع حرکات دودی روده ای (دفع گاز) رژیم مایعات صاف شده را کم کم شروع کرده و در صورت عدم تحمل (حالت تهوع و استفراغ) به پرستار اطلاع دهید.

✓ در صورت توانایی مصرف مایعات به تدریج با نظر پزشک میتوانید از سایر مواد غذایی استفاده کنید.

❖ فعالیت:

✓ در بستر پاها را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود. بهتر است هر چه زودتر از بستر خارج شده و راه بروید.

✓ برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمائید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.

❖ مراقبت:

✓ جهت پیشگیری از عوارض بعد از عمل جراحی، تمرینات تنفسی و ورزشهای پا را انجام دهید.

✓ پس از عمل نفس های عمیق بکشید و سرفه کنید.

✓ در هنگام راه رفتن، سرفه و تنفس عمیق، محل بخیه را با بالش ثابت نگه دارید تا از درد در ناحیه عمل جلوگیری نمائید.

✓ دائماً در یک وضعیت در تخت قرار نگیرید و مرتباً در تخت تغییر وضعیت دهید.

✓ حرکات نرمشی در تخت را انجام دهید و از لخته شدن خون در عروق پا جلوگیری نمائید.

✓ خونریزی واژینال پس از عمل عادی است. و در صورتی که خونریزی زیاد بود به پرستار اطلاع دهید.

✓ تا زمانی که پزشک اجازه دهد به طور جدی از بارداری بعد از عمل پیشگیری شود.

❖ داروها:

✓ داروها (آنتی بیوتیک جهت جلوگیری از عفونت و مسکن برای تسکین درد) طبق دستور پزشک در فواصل و زمان معین توسط پرستار به شما داده میشود.

راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص میومکتومی

❖ رژیم غذایی و تغذیه:

✓ رژیم غذایی خاصی توصیه نمیشود اما پس از شروع رژیم برای جلوگیری از یبوست مایعات فراوان و غذاهای پرفیبر (سبزیجات و میوه ها) استفاده کنید و راه بروید.

❖ فعالیت:

✓ از دوش واژینال، تامپون، و رابطه جنسی تا 4-6 هفته پس از عمل خودداری کنید.
✓ تا بهبودی کامل از انجام کارهای سنگین، بلند کردن و هل دادن اجسام سنگین خودداری کنید.
✓ فعالیتهای عادی خود را پس از عمل، در زودترین زمان ممکن از سر بگیرید.

❖ مراقبت:

✓ پس از 3 روز استحمام کنید.
✓ در هنگام استحمام از کشیدن لیف بر روی ناحیه عمل خودداری کنید و فقط ناحیه را با آب و صابون شستشو دهید.
✓ پس از استحمام محل عمل را خشک و تمیز نگه دارید، ضمناً نیازی به پانسمان مجدد نیست.
✓ لباس زیر را روزانه تعویض و از لباسهای زیر نخی استفاده کنید و از پوشیدن لباسهای حاوی الیاف مصنوعی و جوراب شلواری تنگ و پلاستیکی خودداری کنید.
✓ لباس زیر همیشه باید خشک باشد و از مرطوب شدن آن پرهیز کنید.
✓ از شکم بند مناسب بعد از عمل، با توجه به توصیه پزشک، استفاده شود.

❖ دارو:

✓ جهت تسکین درد از دارو مسکن تجویز شده طبق دستور پزشک استفاده نمائید.
✓ داروهای تجویز شده توسط پزشک (مانند آنتی بیوتیک در ساعات معین و دوره کامل) طبق دستور مصرف نمائید.

❖ زمان مراجعه بعدی:

✓ طبق دستور پزشک جهت کشیدن بخیه ها به بیمارستان مراجعه کنید.
✓ در دوره های مشخص شده توسط پزشک جهت بررسی عدم تشکیل مجدد میوم به پزشک مراجعه کنید.
✓ در صورت ترشح از محل عمل جراحی، تب، تهوع، استفراغ و خونریزی به پزشک معالج و مراجعه کنید.
✓ جهت دریافت نتیجه پاتولوژی به بیمارستان مراجعه کرده و نتیجه را به رویت پزشک معالج برسانید.