

مراقبت‌های پس از عمل

دیسک کمر

کد: ED-PM-004-01 : مع D; ED-PMEEEE	
15/10/8 93/10/15 /1	تاریخ انتشار
193/8 94/10/15 /1	تاریخ بازنگری
پرستاری داخلی جراحی برونر ستاری داخلی و	منابع
ح. آقام، دکتر سدو ز	تاسد بز شکان

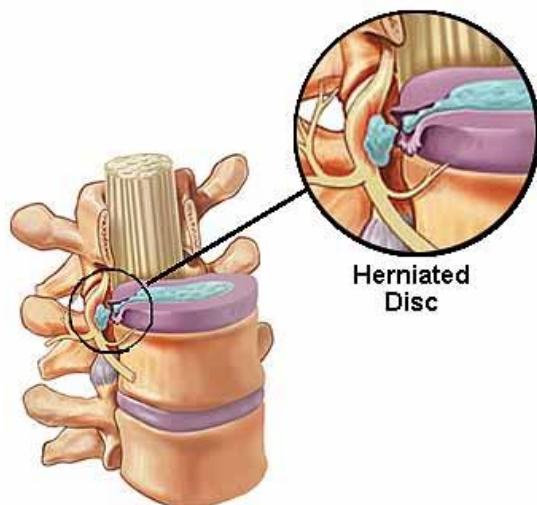


قزوین ، خیابان فردوسی ، بالاتر از
 چهارراه فردوسی ، جنب مرکز دیالیز
 تلفن: 70-3365160
 2388 (30 خط)

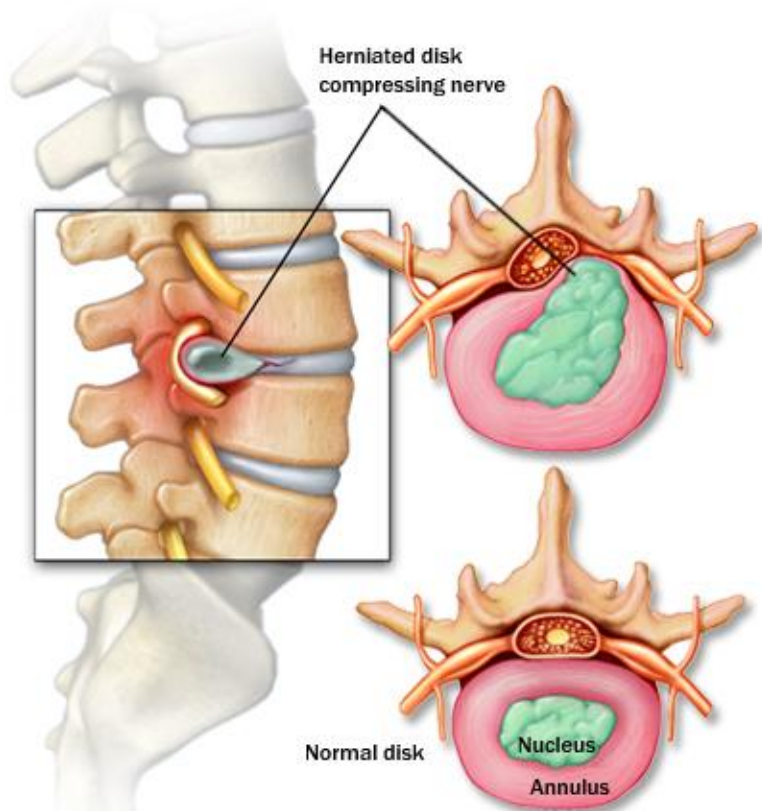
وب سایت: www.mehreganhospital.ir
 پست الکترونیکی: mehreganhospital@IRAN.IR
 :

۱۷- از توالف فرنگی استفاده کنید.
 ۱۸- بر روی تخت بخوابید و از تشک های خیلی سفت یا خیلی نرم خودداری کنید(تشک ابری یا فتری مناسب نمی باشد و . توصیه می شود از تشک پنبه ای استفاده کنید).
 ۱۹- هنگام نشستن از صندلی استفاده کنید و دقت کنید کمر کاملاً عمود باشد. از نشستن روی کاناپه نیز خودداری کنید.
 ۲۰- راه رفتن از روز دوم بعد از عمل بلا مانع است و در روزهای بعد می توان میزان آن را افزایش داد.
 سایر توضیحات:

تاریخ مراجعه بعدی:
 رژیم غذایی:
 آدرس پزشک:
 نمونه پاتولوژی:
 تاریخ انجام پانسمان:
 مراقبت خاص:



Herniated Disc



Normal disk

Nucleus

Annulus

۹- ورزش و فیزیوتراپی بعد از عمل جراحی بسیار کمک کننده است. زمان شروع آن باید با هماهنگی پزشک معالج باشد.

۱۰- از رژیم غذایی سرشار از ویتامین C و پروتئین استفاده کنید.

۱۱- از داروهایی استفاده کنید که توسط پزشک تجویز می شود، و از مصرف خودسرانه آن خودداری کنید. در صورت بروز درد از مسکن تجویز شده توسط پزشک استفاده کنید.

۱۲- در صورت بروز هر گونه مشکل نظیر خارج شدن ترشح از محل جراحی، لرز، درد کمر و دردهای مقاوم به مسکن های معمولی، بی حسی پیش رونده اندام تحتانی و بی قوتی پیش رونده در پاها، سریعاً پزشک خود را در جریان قرار دهید.

۱۳- ۷-۱۰ روز بعد از ترخیص جهت ویزیت به پزشک مراجعه نمایید.

۱۴- ۸-۱۰ روز بعد از عمل با نظر پزشک معالج اقدام به کشیدن بخیه ها کنید.

۱۵- استحمام ۴۸ ساعت بعد از عمل جراحی بلا مانع است و تماس آب با محل زخم نیز مانعی ندارد.



۱۶- از بلند کردن اجسام سنگین پرهیز کنید.



بیمار گرامی .

لطفاً پس از ترخیص به نکات ذیل توجه داشته باشید:

۱- در صورت دستور پزشک به استفاده از کمربند یا بریس حتماً قبل از راه رفتن کمربند خود را ببندید.



۲- شروع فعالیت معمولی، کار و شروع رانندگی باید با نظر پزشک معالج باشد.



۳- بهتر است تغذیه با غذاهایی باشد که حاوی سبزیجات و میوه جات تازه، گوشت کم چربی و لبنیات هستند.

۴- در صورتی که اضافه وزن دارید، بهتر است بعد از دوره نقاهت، رژیم غذایی مخصوص داشته باشید.

۵- بمنظور جلوگیری از افزایش وزن و به دلیل عدم تحرک بعد از عمل، از مصرف غذاهای حاوی مواد نشاسته ای (برنج، سیب زمینی، شیرینی جات و ماکارونی و چربی زیاد) خودداری کنید.

۶- از خم و راست شدن، انجام حرکات چرخشی تنه در طی چهار هفته اول بعد از جراحی خودداری کنید...



۷- بعد از هر بار استحمام پانسمان خود را به روش استریل تعویض نمایید.

۸- انجام حرکات نرمشی برای پاها از روز دوم عمل جراحی بلا مانع است.