

مراقبت های قبل از عمل:

شب یا صبح قبل از عمل موهای ناحیه عمل را به فاصله ۲۰ سانتی متر از هر طرف بزنید.

قبل از عمل توسط پزشک بخش ویزیت می شوید در آن زمان سابقه بیماری های قلبی، ارثی و داروهای مصرفی را به پزشک اطلاع دهید.

ناشتا بودن حداقل ۸ ساعت قبل از عمل واجب است. تنها داروهایی که پزشک بخش به شما اجازه می دهد تا صبح روز عمل با مقدار کمی آب مصرف کنید.

داروهایی مثل آسپرین، رقیق کننده های خون، داروهای ضد التهاب باید از چند روز تا یک هفته قبل از عمل مصرف نشود.

مراقبت های بعد از عمل:

بعد از انجام عمل جراحی، مدتی در محلی در کنار اتاق عمل به نام ریکاوری می مانید. یک ساعت بعد از بیهوشی اهمیت زیادی دارد و در این مدت بیمار باید دقیقاً تحت نظر باشد تا آثار داروهای بیهوشی کاملاً از بین بروند و بعد از اینکه بیمار هوشیاری خود را بطور کامل بدست آورد به بخش منتقل می شود.

گیجی بعد از عمل:

در بخش بیمار ممکن است تا مدتی حالت گیجی داشته باشد. این وضعیت به علت داروهای بیهوشی یا به علت کم خونی ناشی از خونریزی حین عمل است. حالت گیجی بیمار به تدریج بهبود می یابد.

خوردن و آشامیدن:

اگر جراحی با بیهوشی عمومی انجام شده است، تا چند ساعت نباید چیزی خورده شود. بعد از چند ساعت، می توان

پس از کسب اجازه از پرستار ابتدا چند قاشق آب به بیمار داد و اگر تحمل کرد و دچار ناراحتی نشد می توان بتدریج به او مایعات بیشتری داد. بعد از اینکه رژیم غذایی برای بیمار شروع شد در صورت مبتلا نبودن به بیماریهای خاص (قلبی، تنفسی، دیابت و...) از کلیه مواد غذایی می توان بهره برد. برای بهبود باید بافت جدید ساخته شود که این نیاز به انرژی فراوان دارد و غذا باید سرشار از گلوکز، چربی، پروتئین، املاح و ویتامینها باشد.

استراحت:

اگر بیمار با بیحسی منطقه ای عمل شده، تا ۲۴ ساعت نباید پشت تخت او را بالا آورد و در این مدت سر بیمار باید کاملاً پایین و همسطح بدن باشد و گرنه دچار سردرد شدیدی می شود که ممکن است تا چند روز ادامه پیدا کند.

درد بعد از جراحی:

• درد مدت کوتاهی پس از جراحی به سرعت کاهش می یابد.

• بعد از ۲ الی ۳ روز اغلب فقط گاهی برای رفع سفتی و گرفتگی عضلات به داروهای مسکن خوراکی طبق دستور پزشک نیاز پیدا می کنید. در بیمارستان مسکن های قوی داده می شود تا شدت درد را کاهش دهد. این مسکن ها معمولاً مخدر هستند. مصرف این مسکن های تزریقی نباید زیاد باشد چون موجب مسمومیت می شود. نباید انتظار داشته باشید با مصرف دارو درد کاملاً برطرف شود. ممکن است کمی از درد باقی بماند. افراط در مصرف داروی ضد درد مخدر برای حذف کامل درد خطرناک بوده و توصیه نمی شود.

• با بالا نگه داشتن اندام عمل شده نسبت به سطح بدن و

استفاده از کیسه یخ می توان به کنترل درد و تورم کمک کنید. قبل از شدت گرفتن درد، داروی ضد درد را از پرستار درخواست کنید.

• در صورت تورم و درد غیر قابل کنترل، سردی و رنگ پریدگی انگشتان سریعاً به پزشک اطلاع دهید.

خطر عفونت بعد از جراحی:

در هر عمل جراحی احتمال عفونت در محل عمل وجود دارد.

پس در چند روز اول بعد از عمل جراحی، به بیمار آنتی بیوتیک (چرک خشک کن) تزریقی داده می شود تا احتمال عفونت بعد از عمل جراحی کاهش پیدا کند. ممکن است پزشک معالج داروهای آنتی بیوتیک خوراکی برای شما تجویز کند تا بعد از مرخص شدن از بیمارستان تا مدتی از آنها در منزل استفاده کنید. از قطع کردن آن بدون دستور پزشک خودداری کنید.

در صورت داشتن علائم عفونت از جمله تب، لرز، قرمزی و خروج ترشح چرکی از ناحیه عمل شده و حساسیت در لمس به پزشک مراجعه کنید.

لخته شدن خون در رگ ها:

یکی از عوارض شکستگی ها لخته شدن خون در سیاه رگ های عمقی ساق است. لخته شدن خون در اندامهای تحتانی بسیار خطرناک بوده و ممکن است موجب اختلال در عملکرد قلب و ریه شود. این عارضه بخصوص در شکستگی های اندام تحتانی و در سنین بالا بیشتر دیده می شود. بعد از جراحی به بیمار داروهایی داده میشود تا از لخته شدن خون در پاها جلوگیری شود. به این داروها داروهای رقیق کننده خون می گویند. استفاده از این داروها ممکن است تا چند هفته بعد از جراحی هم ادامه



بیمارستان عیسی بن مریم (ع)

شکستگی دست و پا



واحد آموزش به بیمار

تاریخ بازنگری: بهار ۱۴۰۰

کد پمفلت: H.E.150

شماره تماس با واحد آموزش به بیمار:

۶۷-۳۲۳۳۲۰۶۵ (داخلی ۲۹۲)

www.Bimaramozesh.blogfa.com

[Telegram.me/bimar_amozech](https://t.me/bimar_amozech)

آب کافی، حرکت سریعتر، مصرف مواد غذایی حاوی فیبر از جمله سبزیجات، غلات، میوه های تازه می تواند برای جلوگیری از یبوست مصرف شود.

➤ معمولا پانسمان زخم جراحی تا ۴۸ ساعت بعد از عمل جراحی تعویض نمی شود. پس از چند روز این پانسمان توسط پرستار عوض می شود.

➤ از روز سوم به بعد می توانید حمام بروید. بخیه ها را تمیز و خشک نگه دارید. تعویض پانسمان باید بعد از مرخص شدن در منزل توسط پرستار یا همراه بیمار که در بیمارستان آموزش دیده انجام شود.

➤ بخیه های ناحیه عمل شده دست و پا دو هفته پس از عمل طبق نظر پزشک کشیده می شود.

➤ در هنگام راه رفتن دست عمل شده را برگردن آویزان کنید.

➤ هنگام ترخیص برگه خلاصه پرونده، برگ شرح عمل و در صورت لزوم نسخه دارویی که به شما تحویل داده می شود را زمان مراجعه به پزشک همراه داشته باشید.



منبع: راهنمای کامل آسیب های ورزشی، نویسنده اچ وینتر گرفت، ترجمه

مقصود پیری، نشر علم و حرکت، ۱۳۹۱

پیدا کند.

لوله تخلیه ترشحات:

پزشک جراح در حین عمل جراحی ممکن است لوله های پلاستیکی در درون زخم بگذارد تا بدین وسیله خونریزی مختصر داخل بدن که ممکن است تا چند ساعت بعد از جراحی هم ادامه داشته باشد به بیرون از بدن هدایت کند.

لوله ها در بیرون از بدن به کیسه های پلاستیکی متصل می شوند تا خون در آنها جمع آوری شود. این لوله ها بعد از چند روز از زخم خارج می شوند.

راه رفتن و حرکت کردن:

➤ روز بعد از جراحی بسته به نوع محل شکستگی آموزش داده می شود تا چطور بتوانی در تخت یا روی صندلی بنشینید و چطور توسط عصای زیربغل یا واکر راه بروید یا چطور اندام ها و مفاصل را حرکت دهید تا از خشکی آنها جلوگیری شود. در اولین فرصت حرکات کلیه مفاصل همه اندام ها بخصوص اندام عمل شده و بخصوص مفصل نزدیک به محل عمل را شروع کنید. در ابتدا فیزیوتراپ مفصل را خم و راست می کند. بعد از مدتی آموزش داده می شود که خودتان مفاصل مورد نظر را حرکت دهید.

➤ پین - پیچ ها - میله های به کار برده شده جهت ثابت کردن استخوان شکسته شده نمی تواند وزن بدن را تحمل کنند و در صورت وارد آمدن فشار، خمیده و شل می شوند و یا می شکنند. از چوب زیر بغل و واکر جهت راه رفتن می توان استفاده کرد ولی وزن بدن روی پای عمل شده انداخته نشود.

➤ تنفس عمیق و سرفه به خروج خلط از ریه کمک می کند. یبوست از عوارض بعد از عمل می باشد که به دلیل کاهش حرکت و استفاده از داروهای ضد درد می باشد.