

❖ راهنمای آموزش به بیمار در بیمارستان آیت الله کاشانی شهرکرد کد آموزش: 120

آموزش بعد از ترخیص پارگی طحال

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ برای تسریع التیام زخم جراحی، رژیم غذایی پرپروتئین و پرکالری و سرشار از ویتامین استفاده کنید.
- ✓ صرف سبزیجات و مرکبات و آب میوه‌های تازه حاوی ویتامین C، می‌تواند به بهبود سریعتر زخم کمک کند.
- ✓ جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر (میوه‌ها و سبزیجات) حاوی سبوس و مایعات فراوان استفاده کنید.
- ✓ از مصرف غذاهای نفاخ پرهیزید.

❖ فعالیت

- ✓ فعالیت باید به تدریج افزایش یابد تا از خستگی جلوگیری شود.
- ✓ به انجام ورزش‌های سبک بپردازید و از انجام ورزش‌های شدید بدنی اجتناب کنید.

❖ مراقبت

- ✓ فردی که طحال او برداشته شده، در معرض ابتلا به عفونتهای مختلف است باید به نکات زیر توجه کند:
 - مراقب سلامت خود باشید و از تماس با افراد مبتلا به بیماریهای عفونی تب دار اجتناب کنید و در صورت بروز تب به پزشک مراجعه کنید.
 - در صورت تجدید آنتی بیوتیک آن را به موقع مصرف و دوره درمان را تکمیل کنید.
 - سالانه واکسن آنفولانزا و منگوکوک را تزریق کنید.
 - واکسن پنوموکوک بعد از جراحی تزریق می‌شود و لازم است هر 3-5 سال یکبار تکرار گردد.
 - از مسافرت به اماکنی که احتمال عفونت‌هایی مانند مالاریا و ... وجود دارد اجتناب نمایید.
 - در زمان استفاده از وسایل نقلیه عمومی از ماسک استفاده نمایید.
 - سعی کنید در مکان‌های شلوغ حضور نیابید.
- ✓ از مصرف دخانیات و الکل خودداری نمایید.
- ✓ در بیمارانی که دچار اتساع حاد شکمی هستند گذاشتن لوله معده ضروری می‌باشد و هنگامی خارج می‌شود که علائم برگشت حرکات طبیعی لوله گوارش وجود داشته باشد.
- ✓ تنفس عمیق و سرفه به خروج ترشحات راه‌های هوایی کمک می‌کند و از بروز مشکلات تنفسی جلوگیری می‌نماید. لذا فیزیوتراپی تنفسی با کمک اسپرومتری و یا باد کردن بادکنک روزی 5 الی 6 بار پس از عمل لازم است.
- ✓ جهت جلوگیری از بروز درد در زمان جابجا شدن در تخت و راه رفتن، حمایت محل عمل جراحی بوسیله گذاشتن گف دست روی محل عمل و یا استفاده از شکم‌بند می‌تواند موثر باشد.
- ✓ در زمان ترخیص برگه خلاصه پرونده به شما داده می‌شود در حفظ و نگهداری آن کوشا باشید و در زمان مراجعه به پزشک آن را به همراه خود داشته باشید.
- ✓ بعد از عمل جراحی پانسمان زخم شما باید بطور روزانه تعویض شود. زخم و پوست اطراف آن باید تمیز و خشک نگهداری شود.
- ✓ در صورتی که پزشک معالج برای شما داروهای آنتی بیوتیک و ضد درد تجویز کرده آنها را طبق دستور پزشک مصرف کنید.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ در فواصل منظم و مشخص شده توسط پزشک جهت ادامه درمان
 - درد شدید در محل عمل جراحی

- درد و قرمزی در محل زخم
- ترشح چرکی از زخم

واحد پرستاری آموزش به بیمار و پیگیری

- منبع: برونر – سوارث پرستاری داخلی و جراحی ، 2022

Email: kashani@skums.ac.ir

واحد آموزش به بیمار