

فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

اسفنکترتومی

شماره پرونده:			نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج:
نام پدر:			تاریخ تولد:	جنس: ☐ زن ☐ مرد	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:
بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:						
مراقبت در منزل:						
- از رژیم غذایی شامل لبنیات، ماهی، انواع گوشت، جوجه، نان برشته، نان سوخاری، نان سفید، بیسکویت، عسل، ژل، حبوبات و غلات پوست گرفته شده و کاملاً پخته شده و 8 الی 10 لیوان آب روزانه استفاده کنید. - نان سیوس دار، میوه ها و سبزیجات از قبیل کاهو، آلو، گلابی، انجیر به میزان کافی در روز استفاده کنید. - 2 تا 3 هفته بعد از عمل می توانید فعالیت های عادی را از سر بگیرید. - برای جلوگیری از درد و تحریک، به مدت طولانی رانندگی نکنید. - به میزان کافی استراحت کنید و به ناحیه ی جراحی فشار نیاورید. - سعی کنید هر روز کمی پیاده روی داشته باشید - دو هفته پس از عمل جهت کاهش تورم بافتی، روی شکم و پهلوی به طور متناوب بخوابید. - برای یک یا دو هفته بعد از عمل، حمام نشیمنگاهی را 3 تا 4 بار در روز و بعد از هر بار اجابت مزاج انجام دهید و محل را خشک کنید (داخل لگن آب گرم بریزید و ۲۰-۱۰ دقیقه داخل آن بنشینید). - بهداشت اطراف مقعد را رعایت کنید و ناحیه را به آرامی با آب گرم شسته و خشک کنید. - از صابون های معطر استفاده نکنید - به محض احساس تمایل به دفع، عمل دفع را انجام داده و در ساعات معینی از روز اجابت مزاج داشته باشید. - به هنگام اجابت مزاج، فشار بیش از اندازه وارد نیاورید. - از نشستن به مدت طولانی پرهیز کنید. - در محل های سفت و مرطوب ننشینید زیرا رطوبت سبب خارش و تحریک ناحیه رکتوم می شود. - برای اینکه درد شما کمتر شود و خونریزی نداشته باشید ۱۰-۵ روز اول بعد از عمل به پهلوی بنشینید و به پهلوی بخوابید. - برای برطرف کردن اسپاسم عضلانی و درد در اطراف مقعد، باید حوله گرم روی محل بگذارید. - در صورت تجویز آنتی بیوتیک، طبق دستور پزشک در فواصل معین و یک دوره کامل مصرف کنید. - جهت تسکین درد از داروهای ضد درد طبق تجویز پزشک مصرف کنید. - از پماد بی حس کننده (از قبیل لیدوکائین و...) طبق دستور پزشک بخصوص ۱۵ دقیقه قبل از اجابت مزاج و یا ۴-۳ مرتبه در روز استفاده کنید. - 7 روز بعد از عمل به پزشک معالج یا درمانگاه، مراجعه کنید.						
در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید						
- در صورت تب و لرز، تعریق شدید، بی اشتها، قرمزی، حساسیت، تورم و ترشح از زخم - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی						