

جراحی آزادسازی عصب مچ دست (جراحی

سندرم تونل کارپال)

شماره پرونده:

نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج:
		اتاق:	
		تخت:	
نام پدر:	تاریخ تولد:	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:
	جنس: ☐ زن ☐ مرد		

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 غذاهایی که دارای ویتامین B1 (ب 1) هستند مانند غلات، جگر، دل، قلو، حبوبات، سبزیجات دارای برگ تیره بیش تر استفاده کنید.
 - 2 تا 3 روز بعد از عمل حرکات ملایم شصت و انگشتان درون گچ را شروع کنید.
 - از انجام فعالیت های سبک معمولاً 2 الی 3 هفته بعد از جراحی و فعالیت های سنگین تا 2 الی 3 ماه بعد از جراحی اجتناب کنید.
 - از فعالیت هایی که سبب افزایش فشار بر دست می شود اجتناب کنید (گرفتن، چنگ زدن).
 - هنگامی که در وضعیت ایستاده قرار دارید به وسیله یک باند ساده یا روسری دست خود را از گردن آویزان کنید.
 - هنگام حمام کردن با استفاده از کیسه پلاستیکی، مانع خیس شدن پانسمان دست خود شوید.
 - ممکن است اثر زخم محل جراحی 4 تا 6 هفته بعد از عمل برطرف می شود.
 - مچ دست را در حالت عادی نگه دارید و از قرار دادن مچ دست در وضعیت خمیده، پیچ خورده، چرخیده (چلاندن لباس برای آبیگری) خودداری کنید.
 - از حرکات تکراری مچ دست و نگه داشتن یک وسیله برای مدت طولانی خودداری کنید.
 - به جای انگشت شصت و اشاره از تمامی دست و انگشتان برای گرفتن اشیاء استفاده کنید.
 - دست ها را به طور دوره ای استراحت دهید.
 - سرعت انجام حرکات قوی و تکراری را کاهش دهید.
 - درد عمقی تا ماه ها بعد از جراحی وجود دارد، می توانید به وسیله آتل های حمایتی مچ دست، که پزشک توصیه می کند درد را کاهش دهید.
 - بهبودی کامل، ممکن است هفته ها و یا ماه ها طول بکشد.
 - در صورت تجویز آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک در فواصل معین و یک دوره کامل مصرف کنید. از قطع آن بدون دستور پزشک خودداری کنید.
 - جهت تسکین درد از داروهای ضد درد طبق تجویز پزشک مصرف کنید.
 - 10-14 روز بعد از عمل جهت برداشتن بخیه ها به پزشک معالج یا بیمارستان، مراجعه کنید.
- در صورت مشاهده علائم زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- کاهش حس و حرکت دست
 - علائم عفونت زخم جراحی مانند گرمی، بوی بد و ترشح از محل زخم، تورم، قرمزی و افزایش درد در ناحیه عمل جراحی
 - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی