

خود مراقبتی

سعی کنید از مسکن های تزریقی به علت تاثیراتی که بر روی حرکات روده ها داشته و آن را کند می کند (کمتر استفاده کنید).

در روزهای اول بعد از عمل، از مصرف مواد غذایی نفاخ، آب میوه های خام و مصنوعی، ذرت، کلم، لوبیا، نخود، تربچه، خیار، نوشابه های گاز دار خودداری کنید.

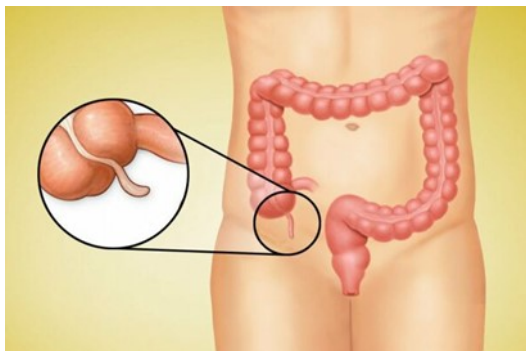
رژیم غذایی باید حاوی مقدار کافی پروتئین گوشت کم چرب، تخم مرغ، لبنیات و مواد سرشار از ویتامین ث، مثل مرکبات، آب آناناس و گوجه فرنگی باشد.

برای مدت حداقل ۶ ماه از بلند کردن اشیای سنگین تر از ۳ کیلوگرم و فعالیت های سنگین خودداری کنید.

بیمارستان ۱۵ خرداد مهدشهر



آپاندیسیت



طبق نظر جراح، بعد از ۲-۴ هفته می توانید فعالیت های عادی خود را از سر بگیرید.

داروهای تجویز شده بخصوص آنتی بیوتیک ها و مسکن ها را سر ساعت مقرر و به میزان کامل مصرف کنید. همچنین از قطع خودسرانه آنها خودداری کنید. ۷ تا ۱۰ روز بعد از عمل طبق نظر پزشک بخیه ها کشیده می شود.

طبق صلاحدید جراح دو روز پس از عمل میتوانید حمام کنید.

سیگار نکشید و در معرض دود سیگار دیگران قرار نگیرید.

محل بخیه ها باید خشک و بدون ترشح باشد. در صورت مشاهده ترشح، قرمزی و هرگونه مشکل با جراح خود تماس بگیرید. در صورت بروز تب، لرز، بی اشتها، استفراغ به پزشک خود مراجعه کنید.

تهیه شده توسط کارگروه آموزش به بیمار بخش داخلی - جراحی

Phone: 023-31819414
15khordadhos.semums.ac.ir

کد پمفلت : Hos-pam-Inter-1

تاریخ ابلاغ : ۱۴۰۲/۱۲/۱

تاریخ بازنگری بعدی : ۱۴۰۴/۱۲/۱

آپاندیس:

زائده ای کوچک و شبیه به انگشت با طول ۱۰ سانتی متر است که در محل اتصال روده کوچک به روه بزرگ قرار دارد. آپاندیس به طور مرتب با غذا پر می شود و سپس تخلیه می گردد. اما چون مجرای آن کوچک است امکان دارد در شرایط ویژه ای به خوبی تخلیه نشود، لذا این عضو توخالی، بسیار مستعد بروز انسداد و سپس عفونت (آپاندیسیت) می باشد. آپاندیسیت در دهه های دوم تا چهارم زندگی شایعتر و بعد از ۶۰ سالگی نادر است.

علائم و نشانه های آپاندیسیت:

ابتدا بی اشتهايي رخ می دهد که در تمام موارد وجود دارد. پس از آن تقریباً درد شکم بروز می کند که ابتدا در اطراف ناف است و بعد از حدود چند ساعت در سمت راست و پایین شکم متمرکز می شود.

البته در نظر داشته باشیم که نبود این الگوی درد، باعث رد آپاندیسیت نمی شود و در برخی افراد و زنان حامله به نحو دیگری است. استفراغ بعد از درد شکم در اغلب بیماران رخ می دهد که خیلی شدید نیست و معمولاً یک یا دوبار رخ می دهد. تب خفیف، یبوست، حساسیت در لمس دور ناف و شکم وجود دارد. در صورت پارگی آپاندیس، درد منتشر شکم و نفخ شکم رخ می دهد. اگر تب بیش از ۳۹ درجه باشد، شک قوی به پارگی آپاندیس وجود دارد. هر چند این اتفاق در ۳۶ ساعت اول شروع علائم نامحتمل است.

درمان:

درمان قطعی آپاندیسیت، جراحی است و نباید به تاخیر بیفتد. تجویز کوتاه مدت آنتی بیوتیک ها، سرم درمانی و داروی مسکن (ترجیحاً خوراکی) از درمان های کمکی به شمار می روند.

آموزش به بیمار: فردای روز عمل طبق نظر جراح،

می توانید از تخت خارج شوید.

تا ۲۴ ساعت بعد از عمل نایستی چیزی بخورید.

بعد از شروع حرکات دودی روده و دفع گاز از مقعد، طبق نظر پزشک ابتدا مایعات روشن مثل چای کم رنگ، آب کمپوت و سپس مایعات کامل (سوپ) شروع می شود و بعد به مرور رژیم نرم و به تدریج رژیم معمولی جایگزین می شود. بعد از شروع مایعات جهت کمک به شروع حرکات روده ها مرتباً در بخش یا منزل قدم بزنید.

در روز های اول جراحی، مایعات در حد متعادل بخورید تا مطمئن شوید شکم تان کار می کند.

