



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی آراخ

بیمارستان فاطمه زهرا (س) شهرستان نقده

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری سرکلاژ

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خود مراقبتی و آموزش به بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص **سرکلاژ** طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

❖ اقدامات و توصیه های قبل از عمل

- ✓ شب قبل از عمل، شام سوپ میل کرده و از نیمه شب ناشتا باشید.
- ✓ در صورت داشتن آرایش و لاک ناخن آن را پاک کنید.
- ✓ موهای موضع عمل، قبل از عمل لازم است تراشیده شود.
- ✓ قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه را تخلیه نمایید.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل زیور آلات، اجسام فلزی، گیره سر، دندان مصنوعی و غیره را خارج کنید.
- ✓ کلیه لباس ها را درآورید. لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید.
- ✓ در صورت داشتن سابقه بیماری فسیل، حساسیت پرستار و پزشک معالج را در جریان امر قرار دهید.
- ✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید که تحت درمان هستید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل برای شما سرم وصل می شود.
- ✓ بی حرکتی پس از عمل می تواند باعث رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه ها گردد، لذا ورزش های تنفسی (تنفس عمیق و سرفه) و چرخش پا را بلافاصله پس از عمل انجام دهید.

❖ رژیم غذایی

در صورت هوشیاری کامل و عدم وجود مشکلات گوارشی مانند تهوع و استفراغ، رژیم مایعات را طبق دستور پزشک با اجازه پرستار شروع کنید.

❖ فعالیت

- ✓ استراحت نسبی است ممکن است استراحت مطلق به مدت طولانی تری تجویز شود
- ✓ کاهش فعالیت های فیزیکی و یا استراحت در بستر در هفته اول و استراحت نسبی در ادامه بارداری داشته باشید.
- ✓ برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمایید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.

❖ مراقبت

- ✓ تمرینات تنفسی مانند سرفه موثر، تنفس عمیق و ورزش های تنفسی را به منظور جلوگیری از مشکلات تنفسی در بستر خود انجام دهید.

- ✓ برای استراحت در تخت بیشتر به سمت چپ بخوابید.
- ✓ بعد از سرکلاژ در بعضی از مواقع کمی خونریزی ولکه بینی ایجاد می شود که ممکن است یک الی دو روز ادامه داشته باشد که مورد نگران کننده ای نیست
- ✓ داروها (آنتی بیوتیک جهت جلوگیری از عفونت و مسکن برای تسکین درد) طبق دستور پزشک در فواصل و زمان معین توسط پرستار تجویز می شود.

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار ،حین ترخیص سرکلاژ

❖ رژیم غذایی

- ✓ غذاهای دارای فیبر زیاد مثل میوه و سبزیجات و همچنین مایعات فراوان مصرف کنید تا احتمال یبوست از بین برود.

❖ فعالیت

- ✓ کاهش فعالیت های فیزیکی و یا استراحت در بستر در هفته اول با توجه به نظر پزشک شما و استراحت نسبی در ادامه بارداری داشته باشید.
- ✓ از نزدیکی تا ۱ هفته پس از سرکلاژ و یا باقیمانده بارداری خودداری نمایید.
- ✓ از انجام کارهای سنگین تا پایان دوره بارداری خودداری نمایید.

❖ مراقبت

- ✓ پس از این مرحله ممکن است ترشحات خونی روشن تا چند روز وجود داشته باشد که معمولا بعد از این زمان به شکل ترشحات موکوسی در می آید ممکن است تا پایان حاملگی ادامه پیدا کند. در صورت خونریزی در حد دوره قاعدگی یا بالاتر به پزشک مراجعه شود.
- ✓ هنگام اجابت مزاج زیاد فشار و زور نزنید.
- ✓ از دوش واژینال و تامپون استفاده نکنید.
- ✓ قبل از شروع درد های زایمانی باید بخیه های دهانه رحم برداشته شود تا زایمان امکان پذیر باشد. برداشتن بخیه دهانه رحم در انتهای حاملگی انجام می شود و یک عمل بدون درد است و نیاز به بی حسی و بییهوشی ندارد. در صورت بروز درد های زود هنگام و زایمان زود رس باید بخیه باز شود بنابراین در این مواقع فرد در بیمارستان تحت مراقبت قرار می گیرد تا به موقع باز کردن بخیه دهانه رحم انجام گیرد.
- ✓ لباس زیر را روزانه تعویض کنید و از لباس های زیر نخی استفاده و از پوشیدن لباس های حاوی الیاف مصنوعی و جوراب شلوارهای تنگ و پلاستیکی خودداری کنید.
- ✓ لباس زیر همیشه باید خشک باشد و از مرطوب شدن آن پرهیز کنید.
- ✓ مراقبت های دوران بارداری را طبق دستور پزشک انجام دهید .
- ✓ روزانه چند نوبت ناحیه دستگاه تناسلی با شامپوی بچه شستشو شود.

❖ دارو

- ✓ داروهای تجویز شده را توسط پزشک معالج طبق دستور مصرف نمائید.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ ۷ روز پس از عمل به پزشک معالج مراجعه نمائید.

- ✓ در صورت بروز علائم مانند پارگی کیسه آب، تب بالای ۳۸ یا لرز، انقباض رحمی و درد زیر شکم و کمر مثل درد های زایمان، تهوع و استفراغ، خونریزی به بیمارستان مراجعه نمایید.
- ✓ در صورت داشتن درد از مسکن هایی که برای شما تجویز شده استفاده کنید و در صورتیکه با مسکن کاهش نیافت به پزشک مراجعه کنید.