

موضوع:

پوست و تاندون



تهیه و تنظیم:

واحد آموزشی سلامت

مرکز آموزشی درمانی بوعلی سینا

تابستان ۱۴۰۳

حرکت دادن عضو آسیب دیده فقط با نظر پزشک
معالج انجام می شود و محدوده مجاز حرکت عضو
را پزشک تعیین می کند.

آتل را خشک و تمیز نگه دارید و از خیس کردن
آن بپرهیزید.

از خاراندن پوست زیر آتل یا باند خودداری کنید و
در صورت خارش آن را با ششوار سرد برطرف
کنید.

از فرو بردن اشیاء برنده و نوک تیز به زیر گچ اجتناب
کنید.



بخیه ها بسته به نظر پزشک معمولاً ۱۰ روز بعد از
جراحی کشیده می شود.

بعد از کشیده شدن بخیه ها محل زخم را با آب
و صابون ملایم شست و شو دهید و به آرامی خشک
کنید

بی حرکتی بیش از حد منجر به افزایش ترشحات
تنفسی و بسته شدن راه های هوایی خواهد شد.
تنفس عمیق و سرفه موثر به خروج خلط از ریه ها
کمک می کند.

انگشتان را مرتب حرکت داده و خم و راست کنید.
در صورت درد می توانید از مسکن های تجویز شده
توسط پزشک استفاده نمایید.

با رعایت بهداشت پوست خصوصاً در نواحی تحت
فشار (باسن، پاشنه پا، کتف، پشت سر و ...) از ایجاد
شکستگی پوست جلوگیری نمایید.

در صورت داشتن تب و لرز و قرمزی و ترشحات
چرکی بدبو و تورم ناحیه عمل، فوراً به پزشک
خود مراجعه نمایید.

آسیب پوست و تاندون

پارگی تاندون از آسیب‌های شایع می‌باشد و نیازمند مراقبت دقیق برای باز گرداندن حرکت طبیعی عضو آسیب دیده در طی دوره درمان است. بیشتر آسیب‌ها در ناحیه دست و انگشتان پا و پاشنه پا و آسیب تاندون آشیل می‌باشد.

آمادگی‌های قبل از عمل:

از ساعت ۲۴ شب قبل از عمل چیزی نخورید.
زیورآلات، اجسام فلزی و دندان مصنوعی درآورده شود.
تخلیه مثانه قبل از عمل انجام شود.
هرگونه مغایرت در مشخصات درج شده روی دستبند را به پرستار خود اطلاع دهید.
در صورت مصرف داروهای آسپرین و وارفارین و داروهای کنترل فشار خون و قند خون به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید.

آمادگی‌های بعد از عمل:

در صورت داشتن درد به پرستار خود اطلاع دهید.
در صورت وجود سرگیجه و تهوع و استفراغ سر خود را به یک طرف بچرخانید و به پرستار خود اطلاع دهید.
تا ۲ ساعت بعد از عمل از خوردن و آشامیدن اجتناب کنید چون باعث تهوع و استفراغ می‌شود.

توصیه‌ها:

از استعمال دخانیات مانند سیگار، الکل و قلیان خودداری نمایید. زیرا روند بهبودی شما را به تأخیر می‌اندازد.
با استفاده از کیسه یخ می‌توان به کنترل درد و تورم کمک کرد.
مصرف داروها و آنتی‌بیوتیک‌ها طبق دستور پزشک ادامه یابد.
در صورت بروز درد شدید و تورم و قرمزی و ترشحات چرکی از محل عمل شده به پزشک خود مراجعه کنید.
تغذیه مناسب و مصرف مایعات و ویتامین ث به میزان کافی در رژیم غذایی می‌تواند به ترمیم ضایعات پوستی بدن کمک کند.

تعویض پانسمان طبق دستور پزشک انجام شود.
اندام عمل شده جهت کنترل درد و تورم بالاتر از سطح قلب قرار گیرد.

جهت ویزیت مجدد به همراه خلاصه پرونده به درمانگاه یا مطب مراجعه کنید.

بخیه‌ها را تمیز و خشک نگه دارید.

زمان استحمام با نظر پزشک معالج خواهد بود.
هنگام استحمام عضو گچ یا آتل گرفته شده را با پوشش پلاستیکی بپوشانید تا از خیس شدن آن جلوگیری شود.

