

## راهنمای آموزش خودمراقبتی بیماران پس از عمل جراحی لوزه

□ بیمارگرایی جهت بهبودی هر چه سریعتر نکات زیر را رعایت نمایید:

- ◆ بعد از عمل تا هوشیاری کامل چیزی از راه دهان نخورید.
- ◆ بعد از هوشیاری رژیم غذایی شما شامل غذاهای سرد و نرم می باشد. مثل بستنی سفید، آب میوه های شیرین و بدون پالپ و ترجیحاً آب سیب یا آناناس.
- ◆ لطفاً آب میوه های قرمز رنگ به بیمار خود ندهید تا در صورت خونریزی تشخیص امکان پذیر باشد.
- ◆ برای جلوگیری از کم آبی بدن، حتی علی رغم داشتن درد مایعات زیاد بنوشید.
- ◆ بهتر است بعد از عمل جهت تسهیل در خروج ترشحات به روی پهلو چپ و بدون بالش بخوابید.
- ◆ تب تا نیم درجه بعد از عمل طبیعی است.
- ◆ گاهی گوش درد بعد از عمل وجود دارد که مربوط به زخم ناحیه عمل می باشد.
- ◆ از خوردن غذاهای تند، داغ و سفت مثل ته دیگ، چیپس، نان سوخاری جداً خودداری کنید.
- ◆ برای جلوگیری از بوی بد دهان بعد از عمل، می توانید دهانتان را با سرم شستشوی ولرم بشویید.
- ◆ در صورت وجود خونریزی یا استفراغ خونی سریعاً به پرستار یا پزشک اطلاع دهید.
- ◆ وجود مدفوع تیره به علت بلع خون طبیعی است.
- ◆ گلو درد، سفتی گردن و استفراغ تا **24** ساعت اول بعد از عمل طبیعی است.
- ◆ بخیه ها جذبی است و نیاز به کشیدن ندارند.
- ◆ در صورت بروز خونریزی در منزل سریعاً به پزشک یا بیمارستان مراجعه کنید.
- ◆ داروهای شما شامل آنتی بیوتیک و مسکن می باشد، لطفاً سر وقت معین داده شود.
- ◆ زمان مراجعه بعدی را از پزشک خود بپرسید.

