



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

### آمپوتاسیون اندام ها (قطع عضو)

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و حین ترخیص **آمپوتاسیون اندام ها (قطع عضو)** طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

#### ❖ اقدامات قبل از عمل

- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل برای شما سرم وصل شده و برای پیشگیری از عفونت طبق دستور پزشک آنتی بیوتیک تزریق میشود.
- ✓ شب قبل از عمل، شام سبک مثل سوپ یا سالاد بخورید. بعد از نیمه شب و صبح قبل از عمل، از خوردن و آشامیدن اجتناب کنید. حتی چای قهوه و آب هم ننوشید.
- ✓ قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه (ادرار) را تخلیه نمایید.
- ✓ موهای موضع عمل، قبل از عمل لازم است تراشیده شود.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل زیور آلات، اجسام فلزی، گیره سر، دندان مصنوعی و غیره را خارج کنید.
- ✓ کلیه لباس ها (لباس زیر، جوراب و ... ) را در آورید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید.
- ✓ در صورت داشتن سابقه بیماری، سابقه حساسیت (دارویی، غذایی) 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.
- ✓ عمل شما تحت بیهوشی عمومی انجام میشود.
- ✓ از مصرف سیگار و دخانیات در چند ماه قبل و بعد از عمل جراحی اجتناب کنید.
- ✓ گرافی های قبل از عمل را به همراه داشته باشید.
- ✓ برای مراقبت و بهبودی خود بعد از عمل برنامه ریزی کنید. فردی را بیابید که بعد از عمل جراحی از شما مراقبت کند.

#### ❖ رژیم غذایی

- ✓ بعد از عمل جراحی و پس از هوشیار شدن و با نظر پزشک و همچنین در صورت نداشتن حالت تهوع، رژیم مایعات شروع کنید.
- ✓ در صورتی که حالت تهوع و استفراغ داشتید از خوردن و آشامیدن خودداری نمایید.



## ❖ فعالیت

- ✓ در بستر، انگشتان و مچ پاهای سالم را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود.
  - ✓ در صورت اجازه پزشک برای خروج از تخت ابتدا نشسته و سپس پاهای خود را از لبه تخت آویزان نمایید و در صورت نداشتن سرگیجه با کمک همراه خود و یا پرستار از تخت خارج شوید.
  - ✓ سعی کنید هر چه سریعتر از بستر خارج و فعالیت نمایید تا از ایجاد لخته جلوگیری شود .
- ## ❖ مراقبت
- ✓ ممکن است یک لوله جهت خروج ترشحات در ناحیه عمل گذاشته شود که به یک مخزن وصل میباشد که به آن هموواگ میگویند .معمولا این لوله 48 ساعت بعد از عمل خارج میشود.
  - ✓ از کشیدن لوله هموواگ و خارج کردن آن خودداری نمایید.
  - ✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.
  - ✓ در صورت خونریزی از محل عمل جراحی و خیس شدن پانسمان به پرستاران بخش اطلاع دهید.
  - ✓ از دستکاری سرم ها و رابط های متصل به خود خودداری کنید.
  - ✓ داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار برای شما اجرا خواهد شد.
  - ✓ استفاده از وسایل کمک حرکتی مثل عصا و واکر و ...در زمان آمپوتاسیون پاها و شروع حرکت کمک کننده است هنگام راه رفتن با عصا ، حداکثر وزن خود را به دستها وارد کنید.



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

### آپوتاسیون اندام‌ها (قطع عضو)

#### ❖ رژیم غذایی

- ✓ برای تسریع التیام بافت نرم و استخوان، رژیم غذایی پرپروتئین و پرکالری استفاده کنید.
- ✓ جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر (میوه‌ها و سبزیجات) حاوی سیوس و مایعات فراوان استفاده کنید.
- ✓ غذای سالم مانند میوه، سبزیجات، غلات، لبنیات کم چرب و ماهی بخورید.
- ✓ صرف سبزیجات و مرکبات و آب میوه‌های تازه حاوی ویتامین C میتواند به بهبود سریعتر زخم کمک کند.

#### ❖ فعالیت

- ✓ فعالیت به تدریج افزایش یابد تا از خستگی جلوگیری شود.
- ✓ به انجام ورزش‌های سبک بپردازید و از انجام ورزش‌های شدید بدنی اجتناب کنید.
- ✓ زیاد نرمش و ورزش کنید.
- ✓ معمولاً بعد از جراحی، در صورت اجازه پزشک میتوانید با واکر یا عصای زیر بغل راه بروید ولی تا چند هفته و تا زمان گذاشتن پروتز برای انجام کارهای روزمره به کمک نیاز دارید که باید در برنامه ریزی قبل از جراحی به این نکته توجه داشت.

#### ❖ مراقبت

- ✓ باید تغییراتی در وضعیت محل زندگی ایجاد کنید تا از زمین خوردن شما جلوگیری شود.
- ✓ در حمام دستگیره‌هایی روی دیوار نصب کنید تا در هنگام تغییر وضعیت از آنها استفاده کنید و از لیز خوردن خود جلوگیری کنید.
- ✓ دو طرف پله‌ها باید دستگیره داشته باشند تا در حین بالا و پایین رفتن از پله از آنها استفاده کنید.
- ✓ تمام فرش‌های لغزنده و سیم‌های برق‌رها شده در کف منزل باید جمع‌آوری شوند تا احتمال زمین خوردن کاهش یابد.
- ✓ قطع عضو به معنای شروع یک زندگی جدید برای شما و خانواده شما است. شما و وابستگان شما ممکن است احساس غم، خشم و شرم داشته باشید. این احساسات طبیعی هستند. در باره این احساسات به خانواده و دوستان خود صحبت کنید. به آنها اجازه بدهید به شما کمک کنند.
- ✓ بعد از عمل جراحی پانسمان روز زخم شما باید بطور روزانه تعویض شود. زخم و پوست اطراف آن باید تمیز و خشک نگهداری شود.
- ✓ پزشک معالج برای شما داروهای آنتی‌بیوتیک و ضد درد تجویز کرده است. آنها را طبق دستور پزشک مصرف کنید.



- ✓ اگر مبتلا به دیابت هستید قند خون خود را کاملاً کنترل کنید. عدم کنترل قند خون موجب تاخیر در بهبود زخم و افزایش خطر عفونت در آن میشود.
- ✓ باقیمانده اندام قطع شده (استامپ) را باید بعد از جراحی تا حد امکان بالا نگه داشت تا ورم آن کم شود.
- ✓ در آمپوتاسیون های زیر زانو سعی کنید استامپ همیشه در امتداد ران شما باشد. آنرا در حالت خم نگهداری نکنید. این حالت نه تنها موجب ورم آن میشود بلکه موجب میشود زانوی شما در حالت خمیده باقی بماند و بعداً پوشیدن اندام مصنوعی برای شما مشکل باشد. روزی چند بار یک بالشت را بر روی زانوی خود قرار دهید تا آنرا در حالت صاف و مستقیم تحت کشش قرار دهد.
- ✓ در آمپوتاسیون های بالای زانو هم سعی کنید استامپ در امتداد تنه شما باشد. آنرا در حالت خم به جلو نگه ندارید. این وضعیت موجب میشود. رباط ها و تاندون های جلوی کشاله ران شما بتدریج کوتاه شود و وقتی بخواهید با پروتز راه بروید راه رفتن برای شما مشکل خواهد شد. روزی چند بار و هر بار 10-20 دقیقه به شکم بخواهید تا عضلات و تاندون های جلوی کشاله ران شما کشیده شوند.
- ✓ بخیه های استامپ بعد از 2-3 هفته خارج میشوند. بعد از این زمان آنرا روزانه با آب و صابون شسته و خشک کنید.
- ✓ از کرم، پماد یا لوسیون بر روی پوست استامپ استفاده نکنید.
- ✓ محل قطع عضو را هر روز بدقت بررسی کنید.
- ✓ جاهایی از آنرا که نمیبینید با آینه بررسی کنید.
- ✓ مراقب علائم فشار مانند قرمزی، خراش یا تاول باشد. در صورت دیدن این علائم آنرا به پزشک معالج خود اطلاع دهید.
- ✓ استامپ را بر روی یک بالشت نرم فشار بدهید و بتدریج مقدار فشار را بیشتر کنید. این کار موجب میشود بافت های آن قسمت بتدریج به فشار عادت کنند.
- ✓ جای بخیه های قبلی را ماساژ دهید. این کار هم موجب نرم شدن بافت سفتی میشود که در محل جراحی ایجاد شده و هم حساسیت آنرا کمتر کرده و جریان خون محل را هم بیشتر میکند.
- ✓ محل استامپ را با باند کشی بصورت حرف 8 انگلیسی ببندید. این بانداژ فشاری کمک میکند تا ورم محل کم شود. هر چه ورم استامپ زودتر بخوابد فرد میتواند زودتر از اندام مصنوعی) پروتز (استفاده کند.
- ✓ در حین پیچیدن باند کشی کمی آنرا بکشید. اگر نیاز دارید تا از بیش از یک باند کشی استفاده کنید. هر باند کشی که تمام شد قبل از بستن بعدی، انتهای باند قبلی را با گیره خوب ببندید. دقت کنید که تمام انتهای استامپ با باند کشی بسته شود.
- ✓ باند کشی را روزی 2-3 بار باز کرده از نو ببندید تا کشش آن حفظ شود.
- ✓ باند کشی همیشه باید بسته باشد مگر موقعی که به حمام میروید.
- ✓ سیگار نکشید و از استرس های روحی دوری کنید.
- ✓ تا حد امکان خود را درگیر کار و فعالیت کنید.



- ✓ وقتی که زخم محل جراحی شما بطور کامل خوب شد باید سعی کنید در تمام طول روز پروتز خود را بپوشید.
- ✓ صبح که از خواب برخاستید اول پروتز خود را بپوشید وگرنه استامپ شما ورم کرده و پوشیدن آنرا دشوار میکند .
- ✓ سوکت استامپ را هر روز با یک پارچه نخی نمناک که آغشته به کمیاده شوینده است تمیز کنید تا از عرق و آلودگی پاک شود .سپس باقیمانده ماده شوینده را با پارچه نخی نمناک پاک کرده و خشک کنید.
- ✓ باید از پروتز خود خوب مراقبت کنید .اگر پروتز شما مشکلی دارد سعی نکنید خودتان آنرا درست کنید،با تکنسین ارتوپدی که آنرا برای شما درست کرده تماس بگیرید.
- ✓ پروتز شما حتی اگر به ظاهر سالم باشد باید سالی یک بار، توسط تکنسین ارتوپدی فنی که آنرا درست کرده بازبینی شود.
- ✓ برای بهبود تصویر بدنی به اندام باقی مانده نگاه کنید و آن را لمس کنید.
- ✓ استقلال خود را به دست بیاورید و حقایق را بپذیرید.
- ✓ اگر قطع عضو زیر زانو است استامپ در کنار تخت و کنار صندلی چرخدار آویزان نباشد ، موقع خوابیدن زانو را خم نکنید.

**واحد آموزش سلامت بیمارستان شهید راثی شاهیندر**