



مرکز آموزشی درمانی شفا

عنوان سند: خودمراقبتی پس از جراحی
پریکاردکتومی

کد سند:

NO-BK-۴۵۱



تنظیم کننده:

سوپروایزر آموزش سلامت

مراقبت‌های پس از جراحی پریکاردکتومی

۱. مراقبت از محل برش جراحی

- محل بخیه‌ها را خشک و تمیز نگه دارید فقط با صابون ملایم و آب ولرم شستشو داده و با حوله تمیز به صورت ضربه‌ای خشک کنید.

- از مالیدن پماد یا الکل روی زخم خودداری کنید مگر با دستور پزشک.

- از مصرف هرگونه کرم، پودر یا لوسیون روی زخم بدون اجازه پزشک خودداری کنید.

- زمان استحمام را از پزشک خود بپرسید (معمولاً پس از کشیدن بخیه‌ها یا طبق نظر جراح) و در حمام از برخورد مستقیم فشار آب به زخم جلوگیری کنید.

۲. مدیریت فعالیت و استراحت:

- تا ۶ هفته از بلند کردن اجسام سنگین (بیشتر از ۲ تا ۳ کیلوگرم) خودداری کنید
- پیاده‌روی کوتاه و منظم در منزل بهترین فعالیت برای شماست.

تکنیک بالش (حمایت از قفسه سینه):

هنگام سرفه یا عطسه، یک بالش کوچک را روی قفسه سینه (محل برش) فشار دهید تا درد کمتری حس کنید و از باز شدن احتمالی بخیه‌ها جلوگیری شود.

پیگیری درمان:

- تمام داروهای تجویز شده (به‌ویژه داروهای ادرارآور یا مسکن‌ها) را طبق جدول زمانی مصرف کنید.

- در تاریخ مقرر جهت ویزیت مجدد و کشیدن بخیه‌ها به جراح مراجعه کنید.

همچنین در مورد زمان تزریق واکسن آنفلوانزا یا پنومونی (ذات‌الریه) حتماً با پزشک قلب خود مشورت کنید.

-مراقبت در برابر بیماری‌های کودکان: از تماس با کودکانی که اخیراً واکسن زنده دریافت کرده‌اند یا دچار بیماری‌های شایع کودکی (مانند آبله‌مرغان یا سرخک) هستند، پرهیز کنید.

-گزارش سریع علائم عفونی: در صورت بروز هرگونه علائم بیماری واگیردار (مثل تب، لرز، سرفه یا ضایعات پوستی)، موضوع را سریعاً به پزشک معالج اطلاع دهید تا از فشار مضاعف بر قلب جلوگیری شود.

منبع:

کتاب پرستاری داخلی-جراحی برونر و سودارث (بخش قلب و عروق). ۲۰۱۸.

دستورالعمل‌های آموزشی مجتمع بیمارستانی امام خمینی / بیمارستان قلب رجایی.

محافظت در برابر بیماری‌های واگیر

بدن شما پس از جراحی برای ترمیم بافت‌ها به انرژی زیادی نیاز دارد و در برابر میکروب‌ها حساس‌تر است. برای پیشگیری از عفونت، نکات زیر را جدی بگیرید: - دوری از تجمعات: حداقل تا ۶ هفته پس از جراحی، از حضور در مکان‌های شلوغ (مهمانی‌ها، مراکز خرید، وسایل نقلیه عمومی) که احتمال حضور افراد بیمار در آن‌ها زیاد است، خودداری کنید.

-فاصله‌گذاری ایمن: از تماس نزدیک (دست دادن و روبوسی) با افرادی که علائم سرماخوردگی، سرفه، گلودرد یا تب دارند، جداً پرهیز کنید.

-بهداشت دست‌ها: شستشوی مکرر دست‌ها با آب و صابون، به‌ویژه قبل از غذا خوردن و بعد از تماس با سطوح مختلف، مؤثرترین راه برای جلوگیری از ورود میکروب‌ها به بدن شماست.

-پیشگیری از بیماری‌های تنفسی: در صورت لزوم حضور در مراکز درمانی، حتماً از ماسک استفاده کنید.

علائم هشدار (مراجعه فوری به اورژانس):

-تنگی نفس ناگهانی یا سختی در تنفس - درد قفسه سینه که با مسکن‌های معمولی آرام نمی‌شود.

-تب بالای ۳۸ درجه یا لرز

- ترشح چرکی، قرمزی شدید، بو یا خونریزی از محل بخیه‌ها.

-تورم شدید در پاها یا افزایش وزن ناگهانی (بیش از ۱.۵ کیلوگرم در دو روز).

رژیم غذایی

-مصرف نمک را به حداقل برسانید تا از تجمع مایع و فشار به قلب جلوگیری شود

-مصرف میوه، سبزیجات و پروتئین (گوشت سفید، تخم مرغ) را برای ترمیم سریع‌تر زخم افزایش دهید.

. برای بهبود سریع زخم، مصرف پروتئین و مرکبات ویتامین C را افزایش دهید