دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی و درمانی قزوین

## مراقبت های بعد از عمل جراحی خارج سازی پلاتین

### مراقبت در منزل:

۱ - بیمار عزیز شما تا ۶ هفته پس از خروج پلاتین باید استراحت کنید و از وزن گذاری کامل اجتناب کرده و با کمک عصا راه بروید.

آموزش نحوه جابجایی باعضا و با سایر وسایل کمک حرکتی به شما داده میشود تا فشار روی پاکمتر شود. طوری که شما بتوانید از وسایل کمک حرکتی به طور مناسب استفاده کنید. از انجام هرگونه فعالیت سنگین خودداری کنیدو عضو جراحی شده را زیاد مورد استفاده قرار ندهید .

۲- تا حدود ۲-۳ ماه بعد از عمل خروج پلاتین ممکن است درد و تورم در ناحیه وجود داشته باشد که به علت اختلال موقت در جریان خون اندام است و برای کنترل تورم و درد بهتر است اندام را بالاتر از سطح قلب قرار دهید و مسکن طبق تجویز پزشک استفاده کنید .

۳- استفاده از کیسه یخ برای کنترل درد و تورم توصیه می‌شود. برای تسریع در بهبود از ورزش های مناسب مثل پیاده روی و دویدن نرم و آهسته ، نرمش و ورزش آئروبیک، آب درمانی و شنا استفاده کنید . پیاده روی را از کم شروع کنید و به روزی ۳۵ تا ۴۵ دقیقه برسانید . آب درمانی بسیار مهم است مثل راه رفتن در آب و شنا ، سونا و جکوزی . ماساژ ملایم اندام و فیزیوتراپی توصیه می شود .

۴ - استفاده از گرمای موضعی مثل کیف آب گرم و تشک برقی هم کمک کننده است.

۵ - رژیم غذایی پر پروتئین، پر کالری و استفاده از ویتامین ها و مواد معدنی همراه با مصرف زیاد مایعات توصیه می شود.

۶ - در صورت مشاهده نشانه های عفونت محل خروج پلاتین ( مثل تورم و درد و قرمزی و حساسیت در لمس، افزایش ترشحات و با چرکی شدن آن ها و یا تب ) سریعا به پزشک معالج اطلاع دهید...

۷- از پزشک خود بپرسید تا کی نباید به محل جراحی آب بخورد یعنی کی میتوانید آن قسمت را بشویید. سپس به هر آنچه پزشکتان گفت با دقت عمل کنید. ..... روز بعد از جراحی می توانید استحمام کنید و سپس محل زخم جراحی را خشک نگه دارید. پانسمان محل عمل خود را هر ..... تعویض کنید. محل زخم جراحی را نخارانید و نمالید. روی محل جراحی کرم نمالید و روی آن پودر نریزید. محل زخم جراحی را جلوی نور مستقیم خورشید قرار ندهید.

۸- در تاریخ ..... به پزشک خود در ..... مراجعه نمایید.

(واحد آموزش سلامت بیمارستان شهید رجایی قزوین - ویرایش ۱۴۰۳ )–طبقه همکف مرکز، جنب واحد فیزیوتراپی

ساعات کاری واحد: همه روزه غیر از روزهای تعطیل ساعت ۱۴–۸(۰۲۸۳۳۳۴۷۰۰۵) حضوری و تلفنی–شماره ایتای رجائی: ۰۹۹۶۰۷۸۷۴۰۸