دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی و درمانی قزوین

مراقبت های بعد از جراحی شکستگی گردن فمور

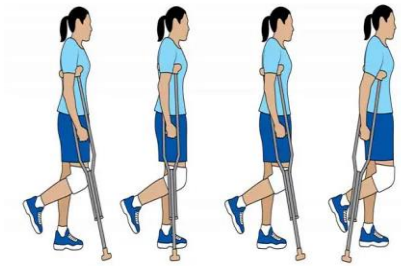


بعد از ۲ الی ۳ روز اغلب فقط گاهی برای رفع سفتی و جهت بهبودی استخوانهای شکسته مسکن تجویز می شود.

مصرف دخانیات را کنار بگذارید. مصرف الکل را قطع کنید.

برای گرفتگی عضلات به داروهای مسکن طبق دستور پزشک نیاز پیدا می کنید.

برای کنترل درد با بلند کردن اندام عمل شده و استفاده از کیسه یخ میتوان به کنترل درد و تورم کمک کنید. بالا نگه داشتن عضو باعث کاهش تورم عضو , کم شدن درد و تسریع در بهبودی زخم میشود.



با تغییر وضعیت و آرامش فکری و پرت کردن حواس به کاهش درد کمک کنید. در صورت تورم و درد غیر قابل کنترل ، سردی و رنگ پریدگی انگشتان و فلج، سریعا به پزشک مراجعه کنید.

بدون اجازه ، پانسمان ناحیه ی عمل را تعویض نکنید. 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.

رژیم غذایی سرشار از میوه، سبزیجات، لبنیات کم چرب، مایعات و ویتامینها را داشته باشید و داروهای تجویزی خود را سر ساعت و با آب فراوان در صورت عدم مشکل میل بفرمائید.



برای جلوگیری از زخم فشاری قسمتهای تحت فشار بدن مانند پاشنه ها را بصورت مرتب حرکت دهید، مایعات متناسب استفاده نمایید و از رژیم غذایی آموزش داده شده پیروی کنید.

برای جلوگیری از لخته شدن خون در رگها مرتب حرکت کنید و در اندام جراحی شده با اجازه پزشک از حرکات غیر فعال یعنی منبسط و منقبض کردن عضلات پا استفاده کنید و اندام سالم را حرکت دهید، مصرف مایعات به خصوص آب را فراموش نکنید و در صورت مصرف داروی ضد لخته حتما" داروی خود را به موقع مصرف نمایید.

برای جلوگیری از یبوست، با اجازه ی پزشک راه رفتن با احتیاط را شروع کنید، مصرف مایعات را فراموش نکنید، از غذاهای پر فیبر مانند انواع میوه و سبزیجات و سالاد در کنار غذا، روغن زیتون، انجیر و آلوی خیس خورده بدون شکر و.....استفاده نمایید.

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