



سازمان اوقاف امور خیریه

مراقبتهای پس از عمل در جراحی دیسک کمر:

دیسک کمر:

عارضه است که در اثر وارد شدن فشار زیاد یا ضعیف شدن عضلات کمر در اثر بالا رفتن سن ویا عوامل دیگر ممکن است به وجود آید. مهمترین علامت آن درد در قسمت پشت بدن و یا پا می باشد.

مراقبت های بعد از عمل:

بیمار معمولا ۲روز بعد از عمل در بیمارستان بستری خواهد بود.و در ساعات بعد از عمل استراحت مطلق می باشد و نباید از تخت پایین بیاید .روز بعد از عمل با تو صیه پزشک میتواند از تخت پایین بیاید برای پایین آمدن از تخت ابتدا به پهلو بچرخید و سپس با آویزان کردن پاها به پایین تخت بنشینید ودر صورت عدم سر گیجه و سر درد بایستید.

مراقبت در منزل:

از زمان ترخیص تا زمانی که برای شما تعیین شده است باید استراحت نسبی داشته باشید.۲-استراحت در حالت دراز کش به پهلوها باشد تغییر وضعیت خوابیدن به دو پهلو به صورت متناوب باشد ۳-در مدت استراحت و در همان حالت درازکش پاها را ورزش دهیدبرای اینکار باید پاها را از مچ ، زانو و لگن خم وراست کنید.تا زمان بهبودی کامل زخم و التیام بافتهای عمقی تر که به طور میانگین چهار تا شش هفته طول میکشد،از راه رفتن، نشستن و ایستادن های طولانی و بالا وپایین رفتن از پله و نشستن در

اتومبیل بیش از نیم تا یک ساعت پرهیز کنید.

۴-برای جلوگیری از لخته شدن خون در پاها علاوه بر ورزش می توانید از ماساژاستفاده کنید. ۵-برای غذا خوردن ودستشویی میتوانید ازبستر خارج شوید. ۷-تا زمان کشیدن بخیه ها غذا خوردن وخواندن نماز باید در حالت درازکش باشد.۸- بیماران باید از توالیت فرنگی استفاده کنند دو هفته اول پس از جراحی مهمترین زمان برای مراقبت از زخم است بنابراین در این مدت زخم را خشک وتمیز نگهدارید.هر روز پانسمان را تعویض کنید ۹-جهت شستشوی محل عمل فقط از بتادین استفاده شود ،چرب کردن با پماد یا شستشو با سرم ممنوع میباشد.

۱۰- بعد از کشیدن بخیه میتونید استحمام کنید

۱۱ - روز ۱۲ بعد از عمل بخیه ها توسط پزشک معالج در مطب کشیده میشود.

۱۲-هر روز صبح در اتاق چند دقیقه پیاده روی کنید .در هر بار پایین آمدن از تخت بستن کمربند طبی ۴ فتره الزامی است.

۱۳ -وجود کمر درد در محل جراحی تا چند

روز پس از جراحی قابل انتظار است ونباید نگران نباشید اما اگر دردها شدید بو د و یا هر روز شدیدتر شدند به پزشک خود مراجعه کنید.

مصرف داروها:

آنتی بیوتیک های خوراکی معمولا برای مدتی تجویز می شود این داروهای را به صورت منظم استفاده کنید تعدادی از داروهای شما به عنوان ضد التهاب تجویز شده اند وبه جلوگیری از چسبندگی های بعدی کمک میکند ،بنابراین حتی اگر درد ندشتید این داروها را قطع نکنید.

هشدارها:

۱- هر نوع ترشح از محل عمل جراحی

۲-هر نوع تورم غیر عادی در محل عمل

۳-تب بالا

۴-احساس ناتوانی در دفع ادرار

در صورت بروز هر یک از علائم فوق به پزشک مراجعه کنید.

عنوان	مراقبتهای پس از عمل دیسک کمر
تهیه کننده	سارا شریفان
ناظر کیفی	دکتر مسعود راستی(متخصص مغز واعصاب)
تایید کننده	مرکز توسعه و آموزش بالین edu
منبع	برونر سودارت واینترنت
تاریخ بازنگری	مهر ماه ۱۴۰۰

بیمارستان خیریه قمر بنی هاشم(ع) نیشابور

۱۴ الی ۰۵۱-۴۲۲۲۱۵۱۱