



- ۱- بالا نگه داشتن دست به گونه ای که بالاتر از سطح قلب قرار گیرد. (در حالت استراحت دو عدد بالش زیر دست و ساعد قرار گیرد.) بالا قراردادن دست، سبب کاهش ورم و کم شدن درد دست می شود و به ترمیم زخم کمک می کند.
- ۲- کنترل انگشتان از نظر حس و رنگ، تورم و خونریزی. به رنگ انگشتان دست خود توجه کنید در صورت رنگ غیر طبیعی (کبودی و یا سفید شدن) به پرستار اطلاع دهید.
- ۳- در صورت خونریزی غیر طبیعی یا درد شدید به پرستار اطلاع دهید.
- ۴- در صورت داشتن آتل گچی، نباید گشاد یا تنگ باشد در تمیز نگه داشتن آن دقت شود و از باز کردن آتل و گچ خود، بدون دستور پزشک اجتناب نمائید.
- ۵- آتل ها ۳ تا ۴ هفته باقی می ماند
- ۶- از مسکن ها طبق دستور پزشک برای کاهش درد استفاده نمائید.
- ۷- در صورتیکه ترمیم عصب و تاندون داشتید مطلقا به پانسمان خود دست نزنید طبق دستور به مراکز درمانی مراجعه کنید.
- ۸- کشیدن بخیه ها را طبق دستور پزشک انجام دهید که معمولاً در اندام بین ۱۰ تا ۱۴ روز انجام می شود.

- ۹- حرکت عضو آسیب دیده را با نظر پزشک شروع نمائید (بخصوص در ترمیم عصب و تاندون)
- ۱۰- در صورت درجه حرارت بالای بدن، بوی بد پانسمان، درد و ورم عضو و هرگونه ترشح از زخم فوراً به پزشک معالج اطلاع دهید.
- ۱۱- برای کمک به ترمیم زخم از غذاهای پر پروتئین - میوه - سبزیجات و مایعات فراوان استفاده نمائید.
- ۱۲- داروهای تجویز شده را طبق دستور مصرف نمائید.
- ۱۳- در صورت داشتن فیزیوتراپی طبق دستور به واحد فیزیوتراپی مراجعه نمائید.
- ۱۴- برای حمام کردن می توانید دست عمل شده را داخل کیسه پلاستیکی قرارداده و حمام کوتاه مدت بگیرید و از خیس شدن آتل خودداری نمائید.
- ۱۵- در تاریخ تعیین شده برای ویزیت و تعویض پانسمان مراجعه نمائید.



مؤسسه آموزشی و درمانی حضرت زینب (س)

آموزش سلامت دفتر پرستاری

در جراحی های ترمیمی دست چگونه از خود مراقبت کنیم؟

بازنگری: زمستان ۱۴۰۱

تهیه و تنظیم: گروه آموزش پرستاری





- ۱- حداقل ۸ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید و از خوردن هر گونه مواد غذایی و مایعات خودداری نمائید.
- ۲- حمام کرده ، محل عمل را عاری از مو نمائید.
- ۳- قبل از عمل دندان مصنوعی ، لوازم زینتی، انگشتر و... را خارج نمائید.
- ۴- ناخنهایتان را کوتاه نمائید(مگر در مواردی که نیاز به ترمیم تاندون دارید) لاک نداشته باشید.
- ۵- مصرف سیگار ۴ هفته قبل و بعد از عمل جراحی قطع شود در صورتیکه عمل جراحی کوچک باشد قطع سیگار ۱۰ روز قبل از عمل ضروری است.
- ۶- در صورتیکه آسپرین یا داروهای رقیق کننده خون مصرف میکنید قبل از عمل بااطلاع پزشک برسانید (یک هفته قبل از عمل با نظر پزشک قطع نمائید).
- ۷- مصرف داروها را به اطلاع پزشک و پرستار برسانید.
- ۸- بیمارانی که داروهای ضد فشار خون ، ضد آسم ، ضد تشنج ، ضد نارسائی قلبی مصرف میکنند باید داروها را همان گونه که پزشک معالج دستور داده مصرف نمایند و این داروها را با نظر پزشک (حداقل دو ساعت قبل از عمل) با کمی آب خالص (یک قاشق) میل نمائید.

- ۹- در صورت دستور پزشک موارد زیر قبل از عمل انجام گردد:
 - آزمایشات خون و ادرار
 - فتوگرافی
 - انجام مشاوره ها (بیهوشی، اطفال، داخلی و...)
 - رادیوگرافی
 - تهیه وسایل مورد نیاز سیم تاندون و
 - ۱۰- شب قبل از عمل دوش بگیرید



اورژانس بیمارستان ۲۴ ساعته فعال و پذیرای کلیه بیماران اورژانسی، پیوند دست، ترومای فک و صورت از کلیه نقاط کشور می باشد.

آدرس: تهران-خیابان سیدجمالالدین اسدآبادی-خیابان ۲۱
 تلفن: ۸۸۷۱۷۲۷۲ نامبر: ۸۸۷۱۵۲۱۶

www.crtfatima.iums.ac.ir

فرایض دینی :

وضو و غسل جبیره:

پارچه اس تمیز روی محل

پانسمان شده قرار داده

وضو و غسل را به ترتیب

انجام دهید

