



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

تیمپانوپلاستی

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص تیمپانوپلاستی طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

❖ اقدامات قبل از عمل

- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل به شما سرم وصل شده و برای پیشگیری از عفونت طبق دستور پزشک آنتی بیوتیک تزریق می‌شود.
- ✓ شب قبل از عمل، شام سبک مثل سوپ یا سالاد بخورید. بعد از نیمه شب و صبح قبل از عمل، از خوردن و آشامیدن اجتناب کنید. حتی چای، قهوه و آب هم ننوشید.
- ✓ قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه (ادرار) را تخلیه نمایید.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل زیور آلات، اجسام فلزی، گیره سر، دندان مصنوعی و غیره را خارج کنید.
- ✓ کلیه لباس‌ها (لباس زیر، جوراب و ...) را در آورید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید.
- ✓ در صورت داشتن سابقه بیماری و سابقه حساسیت (دارویی، غذایی) پرستار و پزشک معالج را در جریان امر قرار دهید.
- ✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید و تحت درمان هستید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود.
- ✓ عمل شما تحت بی‌هوشی عمومی یا موضعی انجام می‌شود.
- ✓ از مصرف سیگار و دخانیات در چند ماه قبل و بعد از عمل جراحی اجتناب کنید.
- ✓ برای مراقبت و بهبودی خود بعد از عمل برنامه ریزی کنید. فردی را بیابید که بعد از عمل جراحی از شما مراقبت کند.

❖ رژیم غذایی

- ✓ بعد از عمل جراحی و پس از هوشیار شدن و با نظر پزشک و همچنین در صورت نداشتن حالت تهوع، رژیم مایعات خنک را شروع کنید.
- ✓ در صورتی که حالت تهوع و استفراغ داشتید از خوردن و آشامیدن خودداری نمایید.
- ✓ در صورت توانایی مصرف مایعات می‌توانید روز بعد از رژیم غذایی معمولی استفاده نمایید.

❖ فعالیت

- ✓ در بستر، انگشتان و مچ پاها را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود.
- ✓ در صورت اجازه پزشک برای خروج از تخت ابتدا نشسته و سپس پاها را از لبه تخت آویزان نمایید و در صورت نداشتن سرگیجه با کمک همراه خود و یا پرستار از تخت خارج شوید.

❖ مراقبت

- ✓ در صورت بروز سرگیجه و تهوع یا استفراغ مکرر پرستار بخش را مطلع سازید.
- ✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع دهید تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.
- ✓ در صورت خونریزی از محل عمل جراحی و خیس شدن پانسمان به پرستاران بخش اطلاع دهید.
- ✓ از دستکاری سرم‌ها و رابط‌های متصل به خود خودداری کنید.



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

تمپانوپلاستی

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر (میوه‌ها و سبزیجات) حاوی سبوس و مایعات فراوان استفاده کنید.
- ✓ مصرف سبزیجات و مرکبات و آب میوه‌های تازه حاوی ویتامین ث (C)، می‌تواند به بهبود سریع‌تر زخم کمک کند.

❖ مراقبت‌های بعد از عمل جراحی

- ✓ بعد از عمل جراحی تا مدتی ممکن است حالات زیر احساس شود که این حالات گذرا می‌باشد و به مرور برطرف می‌گردد:
 - احساس سنگینی و پری گوش یا بی‌حسی لاله گوش.
 - دردهای تیر کشنده گوش یا اطراف آن.
 - احساس وجود آب یا مایع در گوش یا شنیدن صدای حرکت مایع یا نبض در گوش
 - خارج شدن ذراتی شبیه لخته از گوش
 - خروج ترشح خونی یا آبکی مختصر از گوش
 - احساس درد در ناحیه گوش و مجرای گوش

- ✓ به یاد داشته باشید که کم شنوایی ناشی از آسیب به پرده گوش، حدود ۲ تا ۳ ماه پس از عمل جراحی تمپانوپلاستی برطرف می‌شود. پس در طول این مدت، نگران شنوایی خود نباشید.

- ✓ اگر پزشک اجازه داد به حمام بروید. برای حمام کردن، نکات ضروری و لازم را از پزشک سوال کنید.

- ✓ قبل از حمام، پنبه‌ای را گرد کرده و آن را با وازلین طبی یا پمادی که توسط پزشک تجویز شده، چرب کنید و بر روی لاله گوش خود طوری قرار دهید که از ورود هر گونه آب و مواد دیگر به داخل گوش جلوگیری شود. در صورتی که آب وارد گوش شما شود، به احتمال بسیار زیاد عفونت گوش رخ می‌دهد.

- ✓ سعی کنید حتما ناحیه عمل شده را تمیز نگه دارید و تا ماه اول از خیس کردن گوش خودداری کنید.

- ✓ سر تخت موقع استراحت بالا باشد.

- ✓ تا هنگام برداشتن پانسمان از شستشوی سر و مرطوب کردن پانسمان بپرهیزید.

- ✓ روی گوش جراحی نشده بخوابید.

- ✓ در صورتی که عطسه دارید با دهان باز عطسه کنید تا فشار به بینی وارد نیاید. از فین کردن یا باد در گوش انداختن به شدت پرهیز کنید.

- ✓ فقط از داروهایی استفاده نمایید که برای شما تجویز شده است.

- ✓ بعد از یک هفته می‌توانید با اجازه پزشک به سر کار خود بازگردید.

- ✓ هرگونه مسافرت هوایی با هواپیما را به بعد از زمان بهبودی کامل موکول کنید. فشار ناشی از اختلاف فشار هوا، سبب بدتر شدن علائم ناشی از عمل می‌شود.

- ✓ داروهای تجویز شده را به طور منظم مصرف نمایید.

❖ فعالیت

- ✓ از ورزش‌هایی مانند شنا که با آب در تماس هستید، خودداری کنید.

- ✓ در هفته نخست بعد از عمل از فعالیت‌های شدید ورزشی و یا انجام کارهای سنگین پرهیز کنید.

- ✓ فعالیت سنگین و برداشتن بار سنگین (حداکثر ۱۲ کیلوگرم) ممنوع است.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ در زمان تعیین شده توسط پزشک جهت برداشتن پانسمان گوش و معاینه

- ✓ اگر مبتلا به علائم جدید و غیر قابل توجه شده‌اید. داروهای استفاده شده در دوره درمان ممکن است عوارض جانبی به همراه داشته باشد.

- ✓ در صورت سرگیجه شدید یا فلج صورت، ترشحات زرد رنگ یا بد بو

- ✓ سایر موارد نگران کننده و اورژانسی



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

تیمپانوپلاستی