



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

واریکوسل

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

❖ اقدامات و توصیه های قبل از عمل

- ✓ شب قبل از عمل شام سوپ میل کرده و از نیمه شب ناشتا باشید.
- ✓ در صورت داشتن آرایش و لاک ناخن آن را پاک کنید.
- ✓ موهای موضع عمل، قبل از عمل باید تراشیده شود.
- ✓ قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه (ادرار) را تخلیه نمایید.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل زیور آلات، اجسام فلزی، دندان مصنوعی و غیره را باید از خود دور کنید.
- ✓ کلیه لباس های خود (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.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل به شما سرم وصل می شود.
- ✓ بی حرکتی پس از عمل می تواند باعث رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه ها گردد، لذا ورزش های تنفسی (تنفس عمیق و سرفه) و چرخش پا را بلافاصله پس از عمل انجام دهید.

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ در صورت هوشیاری کامل و عدم وجود مشکلات گوارشی مانند تهوع و استفراغ، رژیم مایعات را طبق دستور پزشک شروع کرده و در صورت عدم تحمل (حالت تهوع و استفراغ) به پرستار اطلاع دهید.
- ✓ در صورت تحمل به تدریج با نظر پزشک می توانید از سایر مواد غذایی استفاده کنید.

❖ فعالیت

- ✓ برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمایید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.
- ✓ تا ۲۴ ساعت اول بعد از عمل فعالیت محدود داشته و فقط در موارد ضروری (مثلاً برای رفتن به دستشویی) از جای خود حرکت کنید.

❖ مراقبت

- ✓ بلافاصله بعد از عمل تا چند ساعت به طور متناوب روی ناحیه عمل یخ بگذارید.
- ✓ تغییر رنگ کم و التهاب سطحی یا بی رنگ شدن اسکروتوم بعد از عمل موقتی است.
- ✓ درد و سوزش و خارش مختصر در ناحیه عمل جراحی طبیعی بوده و با استفاده از مسکن درد کاهش پیدا می کند.

❖ داروها

- ✓ داروها طبق دستور پزشک، در زمان و فواصل معین توسط پرستار تجویز می شود.



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

واریکوسل

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ هیچ محدودیت غذایی وجود ندارد، بهتر است از رژیم غذایی سرشار از پروتئین و ویتامین استفاده نمائید.
- ✓ از خوردن غذاهایی که باعث ایجاد یبوست می شود جداً خودداری نمایید.

❖ فعالیت

- ✓ ۲ تا ۳ روز پس از عمل می توانید به فعالیت های عادی برگردید.
- ✓ طی یک تا دو هفته اول بعد از عمل باید از انجام کارهای سنگین خودداری کنید ولی پس از آن ورزش و فعالیت سنگین موجب عود واریکوسل نمی شود و بلامانع است.
- ✓ می توانید به فعالیت های معمولی روزمره غیرسنگین که احساس می کنید توانایی انجام آن را دارید. اگر فعالیتی موجب ناراحتی شما شد باید قطع شود.

❖ مراقبت

- ✓ تورم و کبودی و التهاب مختصر در طول محل برش جراحی طبیعی بوده و ممکن است بین ۶-۸ ماه باقی بماند و نیاز به اقدام خاصی نیست.
- ✓ نوارهای چسب زیر محل عمل به مدت ۷ الی ۱۰ روز باید در محل باشند.
- ✓ ۴۸ ساعت پس از جراحی می توانید حمام بگیرید و خود را بشویید. در این صورت پانسمان را برداشته و بعد از آن یک پانسمان مختصر و تمیز در محل جراحی بگذارید.
- ✓ برای راحتی بیشتر بعد از عمل لباس زیر نخی بپوشید.

❖ دارو

- ✓ جهت تسکین درد از داروهای ضد درد طبق تجویز پزشک مصرف نمائید.
- ✓ در صورت تجویز آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک یک دوره کامل آن را در فواصل معین مصرف کنید.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ جهت کشیدن بخیه ها ۷-۱۰ روز پس از عمل (در صورت استفاده از بخیه قابل جذب نیازی به کشیدن بخیه ها نمی باشد).
- ✓ در صورتی که محل جراحی گرم، متورم، قرمز و دردناک شود و مقدار قابل توجهی مایع از محل برش خارج گردد و یا تب داشتید.