



تمپانوپلاستی

بیمار / همراه گرامی خواهشمندیم در جهت ارائه خدمات بهتر، خودمراقبتی زیر را مطالعه فرموده و تا زمان پس از ترخیص نزد خود نگه دارید.

آموزش بدو ورود

- ❖ تمامی سوالات خود در مورد مراقبت از بیمارتان در منزل در طول بستری در بخش را از پرستار بپرسید.
- ❖ دستبند مشخصات جهت شناسایی شما می باشد لذا خواهشمند است تا زمان ترخیص آن را در مج دست خود نگه دارید و هنگام ترخیص توسط پرستار بخش از دست شما خارج خواهد شد در غیر این صورت به پرستار اطلاع دهید.
- ❖ بهداشت فردی خود را در طول بستری رعایت نموده و دست های خود را مرتب بشویید.
- ❖ زباله های عادی خود را در سطل زباله آبی رنگ رها کنید.
- ❖ وسایل مربوط به پانسمان و سرم شما زباله عفونی محسوب می شود و باید در سطل زباله زرد رها شود.
- ❖ در صورت نیاز به پرستار از زنگ احضار که بالای سر شما نصب گردیده است استفاده نمایید.
- ❖ نرده های کنار تخت را جهت جلوگیری از سقوط بالا نگه دارید.
- ❖ شب قبل از عمل شام سوپ (غذای سبک) میل کرده و از نیمه شب ناشتا باشید.
- ❖ هرگونه آرایش و لاک ناخن را پاک نمایید.
- ❖ موهای محل عمل، قبل از رفتن به اتاق عمل تراشیده خواهند شد.
- ❖ قبل از رفتن به اتاق عمل زیور آلات، اجسام فلزی، گیره سر، دندان مصنوعی و غیره را خارج کنید و در صورت داشتن پروتز دائم به پرستار بخش اطلاع دهید.
- ❖ قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه (ادرار) را تخلیه نمایید.
- ❖ قبل از انتقال به اتاق عمل، کلیه لباس ها (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 قرار دهید.
- ❖ گرافی ها و مدارک قبل از عمل را به همراه داشته باشید.

آموزش حین بستری

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.

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 سرم ها و رابط های متصل به خود خودداری کنید.



تمپانوپلاستی

آموزش پس از ترخیص

رژیم غذایی و تغذیه

- ❖ جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر (میوه ها و سبزیجات) حاوی سیوس و مایعات فراوان استفاده کنید.
- ❖ صرف سبزیجات و مرکبات و آب میوه های تازه حاوی ویتامین ث C می تواند به بهبود سریعتر زخم کمک کند.

مراقبت های بعد از عمل جراحی

- ❖ بعد از عمل جراحی تا مدتی ممکن است حالات زیر احساس شود که این حالات گذرا می باشد و به مرور برطرف می گردد:
- ❖ احساس سنگینی ،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 و 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 می شود .
- ❖ اگر پزشک اجازه داد به حمام بروید و برای حمام کردن، نکات ضروری و لازم را از پزشک سوال کنید.
- ❖ سعی کنید حتما ناحیه عمل شده را تمیز نگه دارید و تا ماه اول از خیس کردن گوش خودداری کنید.
- ❖ تا هنگام برداشتن پانسمان از شستشوی سر و مرطوب کردن پانسمان بپرهیزید. روی گوش جراحی نشده بخوابید.
- ❖ 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 می توانید با اجازه پزشک به سر کار خود بازگردید.
- ❖ هر گونه مسافرت هوایی با هواپیما را به بعد از زمان بهبودی کامل موکول کنید .

فعالیت

- ❖ از ورزش هایی مانند شنا که با آب در تماس هستید، باید 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 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 توجهی شده اید . 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