



تیروییدکتومی

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.
- ❖ 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 شده و داروهای جدید جایگزین شود.
- ❖ قبل از رفتن به اتاق عمل به شما سرم وصل شده و برای پیشگیری از عفونت طبق دستور پزشک آنتی بیوتیک تزریق می شود.
- ❖ گرافی ها و مدارک قبل از عمل را به همراه داشته باشید

آموزش حین بستری

رژیم غذایی و تغذیه

- ❖ روز اول نباید چیزی بخورید، از زمانی که پرستار به شما اجازه داد ابتدا رژیم مایعات (سرد و یخ) شروع کنید.
- ❖ از روز بعد از عمل جراحی استفاده از غذاهای نرم که نیاز به جویدن ندارد، را شروع نمایید.
- ❖ معمولاً اشکال در بلع وجود دارد که پس از شروع تغذیه می توانید از نوشیدنی های خنک و مواد نرم استفاده کنید.



تاریخ تدوین : مهر ماه سال ۱۳۹۸

تاریخ بازنگری : فرورد ماه سال ۱۴۰۲

تیروییدکتومی

فعالیت

- ❖ در بستر پاها را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود. بهتر است هر چه زودتر از بستر خارج شده و راه بروید.
- ❖ استراحت نسبی داشته باشید و برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمایید، در صورت نداشتن سرگیجه، تازی دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.

مراقبت

- ❖ در صورت اشکال در بلع و احساس پری در پایین گردن اطلاع دهید.
- ❖ پس از عمل به صورت نیمه نشسته قرار بگیرید، سر را بالا قرار دهید و می توانید سر را با قرار دادن چند بالش بالا نگه دارید.
- ❖ از چرخاندن سر به طور مکرر اجتناب کنید تا فشار روی بخیه ها وارد نشود.
- ❖ پس از عمل یک یا دو لوله جهت تخلیه ترشحات تعبیه خواهد شد که قبل از ترخیص برداشته خواهد شد.
- ❖ پس از عمل، در هنگام گرداندن سر و نشستن، دستها را پشت سر قرار دهید تا از فشار آمدن بر روی ناحیه جراحی جلوگیری شود.
- ❖ پس از عمل در صورت بروز لرزش ماهیچه به خصوص اطراف دهان، گزگز، کرختی، خارش، سفتی عضلات را اطلاع دهید.
- ❖ جهت کاهش تورم تارهای صوتی به آرامی صحبت کرده و از بلند صحبت کردن خودداری کنید.
- ❖ از استرس و ناراحتی اجتناب کنید و آرامش داشته باشید.
- ❖ در صورت احساس سنگینی و فشار بر ناحیه برش جراحی یا اشکال در بلع، بلافاصله به پرستار اطلاع دهید.
- ❖ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد

دارو

- ❖ داروها (سرم ، آنتی بیوتیک ، مسکن) طبق دستور پزشک در ساعات و فواصل معین توسط پرستار به شما داده می شود

آموزش پس از ترخیص

رژیم غذایی و تغذیه

- ❖ با مشورت پزشک یا کارشناس تغذیه از رژیم غذایی مناسب استفاده کنید

فعالیت

- ❖ شما باید یک هفته در منزل استراحت نمایید و از برداشتن اجسام سنگین اجتناب کنید.
- ❖ در دو هفته اول بعد از عمل، هیچ ورزشی انجام ندهید. در دو هفته دوم، فقط مجاز به انجام ورزش های سبک هستید.
- ❖ تا یک ماه از انجام ورزش های تماسی نظیر ورزش های رزمی خودداری کنید.

تهیه کننده : عبدالله مسن زاده (سوپروایزر آموزشی)

با تایید : آقای دکتر جهانشیر (متفحص جراح عمومی - فوق تفحص توراکس)

بیمارستان تفحصی و فوق تفحصی شهریار



تیرویدکتومی

مراقبت

- ❖ به طور معمول ۱۰-۱۴ روز درد گلو خواهید داشت .
- ❖ هنگام خواب ۲-۳ عدد بالش زیر سر خود بگذارید تا سر شما بالاتر از سطح قلب باشد .
- ❖ جهت کاهش تورم تارهای صوتی به آرامی صحبت کرده و از بلند صحبت کردن خودداری کنید.
- ❖ در چند روز اول بعد از عمل مختصری خشونت صدا طبیعی است، از استرس و ناراحتی اجتناب کنید و آرامش داشته باشید.
- ❖ تورم و کبودی در ناحیه برش جراحی چند روز وجود خواهد داشت که در روز دوم و سوم بعد از عمل به حداکثر میرسد و سفتی گردن نیز برای حدود یک ماه وجود خواهد داشت.
- ❖ برای حداقل ۳ هفته از کش و قوس دادن گردن خود یا کشیدن آن به عقب خودداری کنید چراکه باعث تحت کشش قرار گرفتن برش جراحی میشود.
- ❖ پانسمان تا ۴۸ ساعت کافی است و بعد از آن می توانید آن را بردارید.
- ❖ پس از برداشتن پانسمان یک چسب کوچک تا ۱۰ روز بر روی گردن شما باقی میماند
- ❖ روز بعد از عمل میتوانید دوش بگیرید .اگر زخم شما خیس شد به آرامی با گذاشتن و برداشتن یک حوله تمیز آن را خشک کنید، نیازی به تمیز کردن زخم نیست .روی زخم پماد یا کرمی قرار ندهید.
- ❖ همه برشهای جراحی به نور آفتاب حساس هستند .توصیه میشود بعد از بهبودی کامل برش جراحی تا ۶ ماه از ضد آفتاب روی برش جراحی استفاده شود.

دارو

- ❖ مختصری درد را تجربه میکنید، ویا گاهی ممکن است از سفتی و درد در ناحیه شانه، گردن و پشت و یا سردردهای تنشی برای چند روز شکایت داشته باشید .جهت تسکین درد مسکن تجویز شده توسط پزشک را استفاده نمایید.
- ❖ داروهای تجویز شده توسط پزشک (مانند آنتی بیوتیک در ساعات معین) را طبق دستور و تا اتمام کامل مصرف نمایید.
- ❖ تجویز دارو با پزشک می باشد و اگر تیروئید به طور کامل برداشته شده است شما تا آخر عمر باید داروهای تیروئیدی مثل لووتیرکسین (جایگزین کننده هورمون تیروئید) مصرف کنید و از قطع خودسرانه دارو جداً پرهیز کنید

زمان مراجعه بعدی

- ❖ در صورت داشتن تب ، خونریزی ویا ترشحات غیر عادی به پزشک یا مرکز درمانی مراجعه نمایید
- ❖ جهت دریافت نتیجه پاتولوژی یک هفته تا ده روز بعد به بیمارستان مراجعه و نتیجه را به رویت پزشک معالج برسانید