



واریکوسل

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 مچ 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.

آموزش حین بستری

رژیم غذایی و تغذیه

- ❖ در صورت هوشیاری کامل و عدم وجود مشکلات گوارشی مانند تووع و استفراغ، رژیم مایعات را طبق دستور پزشک شروع کرده و در صورت عدم تحمل (حالت تووع 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 نمائید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.
- ❖ تا ۴۲ ساعت اول بعد از عمل فعالیت محدود داشته و فقط در موارد ضروری (مثلاً برای رفتن به دستشویی) از جای خود حرکت کنید.



واریکوسل

مراقبت

- ❖ بلافاصله بعد از عمل تا چند ساعت به طور متناوب روی ناحیه عمل یخ بگذارید.
- ❖ تغییر رنگ کم و التواب 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.

آموزش پس از ترخیص

رژیم غذایی و تغذیه

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

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 التواب مختصر در طول محل برش جراحی طبیعی بوده و ممکن است بین ۸-۶ 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

- ❖ جوت 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 ۱۰-۷ 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.