



آموزش خودمراقبتی در بیهوشی نخاعی (اسپینال یا اپیدورال)



پدید آورنده: آقای دکتر کلانی (متخصص بیهوشی) - واحد آموزش

تاریخ تدوین: ۱۴۰۲/۱۱/۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۱۱/۱

ویرایش: ۰۰

کد: ATH-ED/ED- 133

منبع: Miller's Anesthesia



طراحی و چاپ: روابط عمومی بیمارستان آتیه

آدرس: تهران، شهرک غرب، تقاطع بلوار فرحزادی و شهید دامن

تلفن بیمارستان: ۸۲۷۲۱

فاکس بیمارستان: ۸۸۰۸۶۰۹۵

سایت بیمارستان: www.atiehhospital.ir

تحرک

- در ۸ ساعت اول بعد از بی حسی نخاعی فقط در حالت خوابیده باشید (حتی برای اجابت مزاج از تخت خارج نشوید)

- در ۲۴ ساعت اول پس از بی حسی نخاعی بهتر است در وضعیت دراز کشیده باشید و ورزش های ایزو متریک و ایزو تونیک (منقبض و منبسط کردن اندام ها) را در تخت انجام بدهید.

بعد از برگشت حس پا ها قدرت عضلانی ممکن است بطور کامل برنگرد. این موجب میشود که در حالت ایستاده تعادل نداشته باشید.

پس همیشه در اولین ایستادن و راه رفتن بعد از عمل حتی اگر احساس سلامتی کامل وجود دارد به کمک نیاز دارید.

- فعالیت سبک انجام دهید.

اگر خیلی سریع بنشینید یا بایستد ممکن است دچار سرگیجه شوید بنابراین هنگام نشستن یا ایستادن مراقب باشید.

رژیم غذایی

- هر زمان مصرف مایعات را طبق دستور پزشک آغاز کردید باید به میزان کافی و فراوان مایعات (بخصوص آب) استفاده کنید.

- می توانید سوپ، نوشابه بدون گاز و غذاهایی که هضم آسانی دارد مصرف نماید.

- از مصرف غذاهای تند، نفاخ و چرب پرهیز نمایید.

روزانه حداقل ۸-۶ لیوان مایعات شفاف بنوشید تا دچار کم آبی نشوید.

- مصرف قهوه و نسکافه توصیه می شود.

- روز بعدمی توانید یک رژیم غذایی معمولی داشته باشید

در افرادی که ناشتایی طولانی مدت داشته یا باید همچنان ناشتا بمانند حتماً سرم تراپی انجام شود.



علائمی که باید بعد از بیهوشی اپیدورال/اسپاینال نگران باشید.

- قرمزی، چرک، حساسیت یا درد در محل اپیدورال (نخاع)
- درجه حرارت بالا، سفتی گردن
- به طور کلی احساس ناخوشی، علیرغم این واقعیت که همه چیز با زخم جراحی خوب به نظر می رسد
- ضعف جدید، افزایش بی حسی یا از دست دادن حس جدید در اندام تحتانی
- از دست دادن جدید کنترل مثانه یا روده
- سردرد مداوم، بدتر شدن سردرد در هنگام ایستادن، سردرد با مسکن های ساده تسکین نمی یابد.