



دوره پس از جراحی ملاحظات و مراقبت های خاص خود را می طلبد که در زیر به برخی اشاره می کنیم:

- فعالیت های خود را به تدریج از سرگیرید. تا ۶ - ۸ هفته پس از ترخیص
- نباید بار بیش از ۲ کیلوگرم را بلند کنید. به محض احساس خستگی نیز باید دست از فعالیت بکشید.
- از انجام کارهای منزل مانند مراقبت از کودکان، پخت و پز و شستشوی ظروف در ۶ هفته اول خودداری کنید.
- در مورد زمان استحمام، پزشک با شما صحبت خواهد کرد، اما هر زمان که باشد شستشوی محل بخیه باید با آب و صابون و خیلی آرام انجام گیرد.
- سعی کنید تا حد امکان در ۴ تا ۶ هفته اول پس از جراحی رانندگی نکنید.
- چنانچه رژیم غذایی کم نمک و داروهای ادرارآور برای شما تجویز شده است هر روز یا یک روز در میان خود را وزن کنید. در صورت افزایش وزن بیش

- گرفتگی صدا یکی از عوارض لوله گذاری در نای جهت بی هوشی است که در چند روز اول طبیعی است.
- ترشح کم از ناحیه برش جراحی نشانه عفونت نیست ولی اگر زیاد شده و همراه با قرمزی، تورم و تب باشد حتماً باید به پزشک نشان داده شود.
- اگر از پای شما نیز برای برداشتن رگ جراحی استفاده شده، ورم آن طبیعی است و پس از راه رفتن زیاد بروز می کند. با بالاتر گذاشتن پا نسبت به سطح بدن، ورم نیز برطرف می شود.
- به دلیل تاثیر داروهای بیهوشی و بی حرکتی ممکن است دچار یبوست شوید که بهتر است با مصرف مایعات و میوه و سبزی برطرف شود ولی اگر باز هم یبوست داشتید با نظر پزشک از داروهای ملین استفاده کنید.

جراحی قلب به علل مختلفی ممکن است انجام شود که مهمترین آنها گرفتگی عروق و اختلالات دریچه ای قلب است. به هر علتی که شما تحت جراحی قلب قرار گرفته باشید ممکن است پس از عمل برخی از این نشانه ها را که عموماً طبیعی هستند در خود پیدا کنید:

- پس از جراحی قلب به طور طبیعی در ناحیه برش خورده سینه احساس درد خواهید داشت که به صورت خنجری و تیر بوده و با تنفس تشدید می شود. این درد حداکثر ۳ تا ۴ هفته به طول انجامیده و سپس از بین خواهد رفت.
- استرس ناشی از جراحی و اختلال سیکل خواب و بیداری باعث بروز خستگی در شما شده و از سوی دیگر کم خونی و ترمیم زخمها نیز باعث خستگی جسمی می شود که حداقل دو هفته پس از ترخیص از بیمارستان طبیعی است.
- افسردگی در هفته های اول بعد از عمل طبیعی بوده و کم کم برطرف می شود.

توصیه های غذایی پس از جراحی قلب در جدول زیر خلاصه شده است

بایدهای غذایی	نبایدهای غذایی
• میوه و سبزی فراوان	• غذای چرب و سرخ کرده
• هفته ای یک وعده ماهی	• انواع شور مانند خیار شور
• گوجه فرنگی به جای رب گوجه	• غذاهای کنسرو شده
• آبلیمو و آبغوره به جای نمک	• انواع سس مایونز
• روغن های مایع به جای جامد	• سوسیس و کالباس

بایدها و نبایدهای غذایی



- تست‌های انعقادی را طبق دستور پزشک انجام دهید.
- دفتری برای ثبت نتایج تست های انعقادی خود تهیه کنید.
- مراقب علائم خونریزی مانند مدفوع سیاه‌رنگ، ادرار قرمز، کبودی، سردرد شدید، استفراغ قهوه‌ای، خون دماغ و ... باشید.
- در صورت انجام اقدامات دندانپزشکی و یا جراحی، پزشک را از مصرف داروی خود مطلع سازید.
- داروها را بدون نظر پزشک قطع نکنید.

از ۲.۲ کیلوگرم در طی سه ماهه اول پس از عمل به پزشک خود اطلاع دهید.

- زمان بازگشت به کار بستگی به شرایط اختصاصی شما دارد که پزشک با توجه به آن به شما خواهد گفت.
- از سرگیری فعالیت جنسی به موازات سایر فعالیتها می باشد و ۸ هفته پس از جراحی می توانید به طور طبیعی به آن بپردازید. اما در طول دوره ترمیم جناغ، روی آن فشار نیاورید.
- ۱ تا ۶ ماه پس از جراحی باید جهت پیشگیری از بارداری روش مطمئنی داشته باشید. یادتان باشد اگر عمل تعویض دریچه انجام داده اید نباید از IUD استفاده کنید. همچنین از قرص های ضد بارداری هم نمی توانید استفاده کنید. برای اتخاذ یک روش مناسب حتماً با پزشک خود مشورت کنید.
- استعمال دخانیات هم برای شما به هیچ وجه مناسب نبوده و باید کنار گذاشته شود.
- عصبانیت ها و استرس های خود را کنترل کنید و روحیه شادابی را برای خود و خانواده فراهم آورید.
- عمل جراحی تعویض دریچه شما را مستعد ابتلا به عفونت دریچه می کند. بنابراین هنگام اقدامات دندانپزشکی و جراحات، پزشک را از جراحی خود مطلع کنید.

 www.atiehhospital.ir

آدرس:

شهرک غرب، تقاطع بلوار فرحزادی و شهید دادمان،
بیمارستان آتیه

طراحی و چاپ:

روابط عمومی بیمارستان آتیه

آموزش بیماران
بعد از عمل جراحی قلب

تهیه کننده:

مهدی رحیلو - پرستار بخش ICU OH

چند توصیه دارویی

در افرادی که تحت عمل جراحی تعویض دریچه قرار گرفته اند، باید داروهای ضد انعقاد خون مصرف کنند. در دوره مصرف این داروها:

