

مراقبت از زخم جراحی:

- معمولاً تا ۲ روز پس از عمل پانسمان تعویض می شود و پس از آن در صورتی که زخم خشک است، به پانسمان نیازی نیست.
- ترشح کم یا لکه ای، ۲- ۱ هفته پس از عمل طبیعی بوده، به تدریج خشک می شود.
- تاریخ کشیدن بخیه به اطلاع بیمار خواهد رسید.
- بخیه محل عمل معمولاً یک تا دو هفته پس از عمل در اورژانس بیمارستان خارج می گردد.

فعالیت ها: (فعالیت های مجاز و غیر مجاز، ورزش، برگشت به کار، فعالیت جنسی و...)

- پیاده روی کنید و روزانه به مقدار آن اضافه نمایید.
- معمولاً بیمار پس از دو هفته می تواند به فعالیت روزانه برگردد.
- تا ۴ هفته از انجام فعالیت های سنگین و ورزش شدید خودداری کنید.
- رابطه زناشویی از حدود چهار هفته بعد از عمل بلامانع خواهد بود. (توجه فرمایید که فرایند انزال ممکن است اختلال داشته باشد)

رانندگی:

دو هفته پس از عمل در صورتی که احساس می کنید قادر به رانندگی هستید منعی برای آن وجود نخواهد داشت.

رژیم غذایی:

- آب و مایعات بیشتر مصرف نمایید.
- با مصرف میوه و سبزی تازه از یبوست پیشگیری کنید.
- بهتر است از رژیم غذایی با کربوهیدرات بالا و چربی و پروتئین کم استفاده نمایید تا احتمال تشکیل ترشحات لنفاوی کاهش یابد.

🕒 **توجه:** افراد مبتلا به دیابت با نظر پزشک غدد اقدام به تغییر رژیم غذایی بنمایند.

🕒 **رژیم کربوهیدرات بالا:** ژله ها - سیب زمینی - موز - نان - ماکارونی - ذرت - نخود - برنج - آب میوه های طبیعی و ...

دارو:

- داروی تجویز شده را طبق دستور داده شده مصرف نمایید.
- آنتی بیوتیک تجویزی را پس از غذا و با یک لیوان آب میل کنید.
- از مصرف خودسرانه سایر مسکن ها ویا تجدید نسخه خودداری نمایید.
- در صورت بروز هر گونه مشکل یا حساسیت دارویی جهت تغییر دارو با پزشک معالج تماس بگیرید.

استحمام:

- اگر پزشک معالج نظر خاصی ندارد ۴۸ ساعت پس از عمل استحمام نمایید.
- استفاده از وان تا ۲ هفته ممنوع است. فقط از دوش استفاده نمایید.
- در صورتی که روز ترخیص، خروج درن داشته اید (وسیله ای پلاستیکی که برای خارج کردن ترشحات در محل عمل کار گذاشته می شود) ۲۴-۴۸ ساعت پس از آن استحمام نمایید.

علائم هشدار: (برای مراجعه به اورژانس یا تماس فوری با پزشک معالج)

۱. تب و لرز
۲. ادامه ترشح از محل درن بخصوص اگر رنگ آن سفید یا زرد رنگ باشد.
۳. تورم یا قرمزی محل عمل
۴. ترشح چرکی از محل زخم
۵. وجود اشکال یا سختی در دفع مدفوع
۶. تهوع یا استفراغ به طوری که مانع غذا خوردن گردد.