



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گلزار

مراقبت های بعد از جراحی مهره های گردنی کدامند؟



تحت نظارت کارگروه آموزش بیماربخش ICU

تدوین: خرداد ۱۴۰۱

بازنگری: خرداد ۱۴۰۵

ایمیل بیمارستان

info@golsarhospital.ir

سایت بیمارستان

www.golsarhospital.ir

شماره تلفن: ۰۱۳-۳۴۹۰۰

آدرس: رشت - گلزار - بلوار سمیه

کد پمفلت: T11-AC-03



در صورت داشتن هرگونه سوال در زمینه مراقبت های منزل
با شماره تماس ۰۱۳-۳۴۹۰۰ داخلی بخش مربوطه تماس
حاصل نمایید.

منبع: هند بوک آموزش به بیمار / ماری ام. کانابو

برونر و سودارت ۲۰۲۰

در صورت بروز علایم زیر به پزشک اطلاع
دهید یا به اورژانس بیمارستان مراجعه
نماید:



- تب و لرز، قرمزی، تورم، ترشح از ناحیه برش جراحی
- احساس کرخی و بی حسی، سوزن سوزن شدن در دستها و افزایش درد
- درد پشت ساق پا، حساسیت در لمس و گرمی و تورم پا
- غش، سرگیجه، سفتی گردن، ترس از نور
- افزایش تورم گردن، سختی در بلع و مشکل تنفسی

پیگیری و ویزیت مجدد:



- در زمان مقرر جهت رویت عکس کنترلی یا کشیدن بخیه با خلاصه پرونده به نزد پزشک جراح بروید.
- ویزیت های منظم و برنامه فیزیوتراپی را طبق نظر پزشک دنبال نمایید.

جراحی ستون فقرات چیست؟

نوعی عمل جراحی است که برای درمان مشکلات و آسیب های مربوط به ستون فقرات انجام می شود. ستون فقرات نقش مهمی در پشتیبانی از بدن، حرکت و محافظت از نخاع دارد. وقتی درمانهای غیر تهاجمی مثل فیزیوتراپی، دارو و استراحت موثر نباشد، ممکن است جراحی توصیه شود.

چگونه در منزل پس از جراحی مهره های گردن از خود مراقبت کنید؟

مصرف داروها:



- دوره درمان با آنتی بیوتیک را کامل کنید. آنتی بیوتیک ها را با یک لیوان آب کامل مصرف کنید.
- داروی مسکن خوراکی را بهتر است بعد از غذا مصرف نمایید.
- در صورتی که به واسطه جراحی داروی ضد انعقاد خود نظیر: پلاویکس، اسویکس، آسپرین و... را قطع نموده اید، برای شروع مجدد حتماً از پزشک جراح کسب تکلیف کنید.
- در صورت بروز هر عارضه دارویی به پزشک اطلاع دهید.

رعایت رژیم غذایی:



- رژیم سرشار پروتئین، سبزیجات و آب کافی جهت ترمیم زخم و پیشگیری از یبوست مصرف نمایید. (در صورت داشتن رژیم خاص: دیابتی و... را رعایت نمایید تا در التیام زخم تداخل ایجاد نگردد).



میزان و محدوده فعالیت:

- از انجام فعالیت های شدید خودداری نمایید.
- از توالی فرنگی استفاده کنید.
- فعالیت های خود را به تدریج از سر بگیرد و کم کم افزایش دهد.
- از بلند کردن اشیاء به مدت ۱ تا ۳ هفته و حتی برای مدت طولانی تر با نظر پزشک خودداری نمایید.
- از رانندگی به مدت ۳-۶ ماه پس از عمل خودداری نمایید.
- در مورد از سرگیری کار و فعالیت تفریحی و ورزش با پزشک خود مشورت نمایید.
- به مدت ۶ هفته از کلار گردنی استفاده نمایید.



- تا بهبودی کامل از خم کردن سر و چرخاندن و کشش گردن خودداری نمایید و عضلات خود را شل نگه دارید.
- حرکات ایزومتریک عضلات گردن و دست را به آرامی انجام دهید.

وضعیت خواب:

در هنگام خواب، تا بهبودی کامل وضعیت به صورت خوابیده به پشت یا به پهلو راعایت نمایید و زیر گودی گردن با رول ملحفه پر نمایید تا وضعیت مهره های گردن را به درستی حفظ کنید.



حفظ وضعیت مناسب مهره های گردن در هنگام خواب

مراقبت از زخم جراحی و استحمام:



- در صورت نیاز طبق نظر پزشک پانسمان را روزانه تعویض نمایید.
- جهت حمام کردن دوش ایستاده ۵ تا ۱۰ دقیقه ای مانعی ندارد. محل زخم را تمیز و خشک نگه دارید.
- در زمان مقرر جهت کشیدن بخیه که معمولاً ۱۰ تا ۲۰ روز بعد از عمل می باشد، مراجعه نمایید.
- هر روز زخم را از نظر نشانه های عفونت و التهاب بررسی نمایید، در صورت وجود التهاب، قرمزی لبه های زخم، ترشح از زخم، تب بالا و... به پزشک اطلاع رسانی کنید.