

İLETİŞİM

Uncubozköy Yerleşkesi, 45030, MANİSA

Telefon: 0 (236) 236 03 30

Faks: 0 (236) 233 80 40

İç Hat Dahili:

Asistan Odası: 2529

Hemşire Odası: 2533

Poliklinik Sekreteri: 2540

Poliklinik Doktor: 2541

Klinik Sekreter: 2535

Klinik Doktor: 2534

E-posta: hastane.bashekimlik@cbu.edu.tr

www.cbu.edu.tr/hastane



Ortopedi ve Travmatoloji
Anabilim Dalı



OR.FR.06

21.10.2019

Rev00

Revizyon Tarihi

1/1

DEJENERATİF DAR KANAL (STABİLİZASYON) AMELİYATI SONRASI TABURCULUK EĞİTİM FORMU

HASTANIN ADI – SOYADI:

	HASTANIN KULLANDIĞI İLAÇLAR	KULLANIM ŞEKLİ
1		
2		
3		
4		

1. İlaçlarınızı doktorunuzun size söylediği şekilde aksatmadan kullanınız.
2. Ağrınız olduğunda kendinizi rahatlatacak uygulamalarla meşgul olunuz (kitap okuma, müzik dinleme, masaj, vs.). Buna rağmen ağrınız geçmezse doktorunuzun önerdiği şekilde ağrı kesici alınız.
3. Ağrı ameliyat öncesi dönemdeki kadar şiddetliyse doktorunuza başvurunuz.
4. Enfeksiyonu önlemek için ameliyat yerinin temiz ve kuru tutulmasını sağlayınız. Yara bölgesinde ısı artışı, kızarıklık, şişme, akıntı, ayrıca vücut ısısında süreklilik gösteren artış(38,5°C üzeri) gibi belirtiler yara enfeksiyonu belirtileri olabilir. Böyle bir durum gözlemlendiğinde doktorunuza başvurunuz.
5. Beslenmenin yara iyileşmesine etkisi vardır. Sağlıklı yara iyileşmesi için, dengeli beslenmeye önem veriniz. Beden ağırlığınızı normal sınırlarda tutunuz. Fazla kilonun sizin için zararlı olduğunu unutmayınız.
6. Kabızlık önem taşır. Ameliyat sonrası yatak istirahatinde olacağınız ve aktiviteleriniz sınırlı olacağı için kabızlık sorunu yaşayabilirsiniz. Kabızlık yara iyileşmesini kötü etkileyecek ve sıkıntılarınızın artmasına sebep olacaktır. Bu nedenle az az, sık sık besleniniz, bol bol sıvı alınız. Besinlerinizi iyice çiğnedikten sonra yutunuz. Diyetle bol sebze meyve (kayısı, armut, erik..) ve posalı gıdalar tercih ediniz.
7. Doktor tarafından önerildiği şekilde yatak içi hareketler ve egzersizler uygulayınız
8. Tuvalet ihtiyacınızı karşılarken alafranga tuvalet kullanınız.

9. Banyo yaparken ayakta duş şeklinde banyo yapmayı tercih ediniz.
10. Ameliyat sonrası ilk bir hafta sadece zorunlu ihtiyaçlar için ayağa kalkılmalıdır.

***AYAĞA KALKMADAN ÖNCE MUTLAKA
KORSENİZİ TAKINIZ ***

11. İkinci 15 gün hareketler arttırılmalı, kendinizi iyi hissettiğiniz sürece sık sık ayağa kalkıp 30 dakikalık yürüyüşler yapabilirsiniz.
12. Dikişlerinizi ameliyattan 15-20 gün sonra doktor kontrolünde aldırabilirsiniz.
13. Beli zorlayacak aktivitelerden biri olan cinsel ilişkiye 20 gün sonra başlanabilir, ayrıca bu aktivite sırasında belin doğru pozisyonunun sağlanması önemlidir.
14. Sürekli yatan hasta iseniz yatak yarası gelişmesini önlemek için iki saatte bir pozisyon değiştirmeli, masaj yapmalı, basınç yönlerini desteklemeli ve kızarıklık yönünden gözlemlemelisiniz.
15. Uzun süre ayakta kalmamalı, uzun süre oturmamalı, bacak bacak üstüne atmamalısınız. Mutlaka dinlenme sürelerinizi ayarlamalısınız.
16. Yerden bir eşya kaldırırken eğilme, uzanma, kaldırma işlemlerini mekaniklere uygun her iki kola eşit yük olacak şekilde paylaştırılmasını sağlamalısınız.
17. Ameliyat öncesi şikayetleriniz tekrarlırsa hemen doktorunuza başvurunuz.

**GEÇMİŞ OLSUN DİLEKLERİMİZLE SAĞLIKLIL GÜNLER
DİLERİZ.**