



توصیه های لازم پس از عمل جراحی ناهنجاری های مادرزادی قلب

ضمن آرزوی سلامتی کامل برای کلیه بیماران، متذکر می شود که جراحی قلب یکی از مهمترین اعمال جراحی است. توجه شود که انجام مراقبت های صحیح توسط بیماران پس از عمل جراحی قلب می تواند ضامن سلامت کامل خود بیماران بوده و شرایط رومی و روانی افراد خانواده را که متأثر از شرایط فرد بیمار می باشد برطرف کرده و فرد را به زندگی عادی خود برمی گرداند. باید توجه داشته باشید که ممکن است پس از اعمال جراحی قلب برای مدت کوتاهی با مشکلات زیر روبرو شوید:

- **بی اشتهایی:** توصیه می شود به مصرف مواد غذایی مطبوع و مورد نظرتان بپردازید.

- **اختلالات خواب:** سعی شود هوای اتاق مناسب و دارای تهویه مطبوع باشد در روز زیاد چرت ننزید، ساعت مشخصی برای خواب خود داشته باشید.

- **یبوست:** توصیه می شود به مصرف مایعات، سبزیجات و میوه ها بپردازید. می توانید از آب آلو استفاده کنید.

- **خستگی و افسردگی:** استراحت و آرامش، تحرک و ملاقات کوتاه با نزدیکان در روند بهبودی شما موثر می باشد.

- این موارد معمولاً تا یکماه پس از انجام عمل جراحی قلب در نزد برخی از بیماران ایجاد می شود و در سنین بالاتر شدت می یابد. در صورت تشدید موارد فوق با پزشک خود مشورت نمایید.

۱- یکی از مهمترین موارد مراقبتی پس از عمل جراحی قلب

فیزیوتراپی تنفسی است که شامل **تمرینات تنفسی، آموزش**

سرفه مفید و استفاده از وسایل تنفسی مانند **اسپیرومتر** که در اختیار شما قرار داده می شود و جهت افزایش ظرفیت تنفسی ریه هاست.

توجه شود که بعد از هر جراحی بزرگ ترشحات در ریه ها جمع شده و در صورت عدم خروج، عفونتهای تنفسی و سایر مشکلات تنفسی بوجود می آید. بنابراین همکاری شما در انجام تمرین تنفسی و انجام فعالیتهای فیزیکی مانند **راه رفتن** بسیار ضروری است.

۲- فعالیت فیزیکی و ورزش: بیمار در



صورت اجازه پزشک معالج بایستی روزانه ۲ تا ۳ بار و در هر بار در حدود ۱۰ دقیقه قدم بزنند و روزانه به میزان راه رفتن خود بیافزایند.

توجه: تا مدت ۳ ماه بعد از عمل جراحی از برداشتن جسم سنگین و انجام رانندگی خودداری شود این زمان جهت جوش خوردن و ترمیم کامل استخوان جناغ سینه لازم است. پس از



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی قائم (عج)

بخش جراحی قلب



توصیه های لازم پس از عمل جراحی

ناهنجاریهای مادرزادی قلب

۳ ماه از برداشتن اجسام سنگین نیز خودداری گردد. فعالیت های جنسی به تدریج از ماه سوم بعد از عمل بلامانع است.

۳- **استحمام:** بعد از ترخیص از بیمارستان در صورت صلاحدید

پزشک معالج خود و در صورت سالم



بودن محل عمل جراحی می توانید استحمام کنید.

توجه: هنگام حمام کردن از آب خیلی داغ استفاده نکنید. زیرا موجب ضعف، سرگیجه و تنگی نفس می شود و سعی شود در کمترین زمان ممکن استحمام کنید. بهتر است جهت استحمام کردن از همراه کمک گرفته شود.

۴- **رژیم غذایی مناسب**



برای بیماران یک رژیم

غذایی کم نمک میباشد



۵- پس از ترخیص از بیمارستان روزانه محل زخم قفسه سینه را از نظر داشتن ترشح، قرمزی و تورم کنترل کنید. در صورتیکه ترشحات در ناحیه زخم زیاد و خصوصاً همراه با تب باشد حتماً به پزشک خود اطلاع دهید.

لازم به ذکر است که زخم قفسه سینه تا ۲ الی ۳ ماه ممکن است

دردهای گوناگونی در اطراف زخم خصوصاً در



هنگام سرفه و عطسه ایجاد کند که ضمن حذف

نگرانی و اضطراب می توانید زیر نظر پزشک خود

از مسکن ساده مانند استامینوفن کدئین استفاده نمایید.

با آرزوی سلامتی و شادابی

بخش جراحی قلب مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی قائم