



## "راهنمای مراقبت بیماران بعد از جراحی های گردن - تیروئید"

- ۱- توصیه می شود در صورت بروز هرگونه ترشح ، خونریزی ، درد بسیار شدید یا احساس فشار و خفگی ، به پزشک خود اطلاع و به بیمارستان مراجعه نمایید.
- ۲- توصیه می شود تا چند روز کمتر صحبت کنید و بعد از صحبت نمودن در صورت تغییر صدا به پزشک خود اطلاع دهید.
- ۳- از خم شدن (قرارگرفتن سر پایین تر از تنه)، زور زدن، سرفه و عطسه (به ویژه با دهان بسته) خودداری کنید.
- ۴- حرکت و چرخش در نهایت دقت صورت گرفته تا بر روی محل برش ، نیروی کششی اعمال نشود.
- ۵- بهترین وضعیت نیمه نشسته است طوری که سر با استفاده از چند بالش، بالاتر از اندام تحتانی قرار گیرد.
- ۶- در صورت داشتن درد، استفاده از داروهای مسکن برای تسکین درد و اضطراب طبق توصیه و دستور پزشک توصیه می شود.
- ۷- در شروع تغذیه ابتدا مایعات نرم و خنک، سپس استفاده از رژیم نرمی که سرشار از کربوهیدرات و پروتئین باشد توصیه می شود. حتی المقدور از خوردن غذای سفت و جویدنی پرهیز کنید.
- ۸- در صورت داشتن علایمی نظیر کرختی، سوزش و گزگز انگشتان و لبها، انقباض و لرزش دست و پاها و اطراف دهان و تغییر صدا ، پزشک خود را مطلع کنید.
- ۹- در صورت داشتن ترشحات ریه استفاده از بخور مرطوب توصیه می شود.
- ۱۰- از سرگرفتن فعالیت های طبیعی به محض بهبودی توصیه می شود. (طبق توصیه پزشک)

### علایم هشدار دهنده جهت مراجعه به اورژانس:

علایم کم کاری تیروئید مانند: خستگی، صورت پف آلود، افزایش سریع وزن ،خشن شدن صدا ،خشکی پوست ،یبوست

\* تنفس مشکل دار ، تورم محل جراحی، سیانوز (تغییر رنگ لب ها و انگشتان به رنگ آبی یا ارغوانی)

واحد آموزش به بیمار