



العملية الجراحية

- قبل العملية: خذ شاور و نظف المنطقة.
- يوم العملية: يجب ازالة الشعر من المنطقة من قبل الفريق الجراحي. لا يجوز تناول الطعام أو شرب السوائل لمدة 6 ساعات قبل العملية. غالباً، يمكن تناول الأدوية صامتك مع القليل من الماء. تحتاج الى شخص ليفلك الى منزلك.
- ماذا تجلب معك: أديوتك، ملابس راهية ومريحة، نعال احذاء لا يحتاج الى الانحناء لارتدائه.
- بعد التماثل للشفاء، عادة يمكنك العودة إلى العمل خلال 2-3 أيام.
- لن يكون بإمكانك رفع أي شيء أكثر من 5 كغم وزناً، التسلق، أو أي نشاط مجهود لمدة 4-6 أسابيع بعد العملية في البطن.
- التقيد في الوزن المحمول من الممكن أن يطول لأشهر للعمليات المعقدة.

السوائل و التخدير:

- توضع قنار وريدية لإعطاء الأدوية والسوائل.
- بالنسبة للتخدير العام ستكون نائماً و لا تحس بالألم أثناء العملية. من الممكن ان توضع أنبوية خلال القصبة الهوائية لتساعد في التنفس أثناء العملية.
- بالنسبة للتخدير النصفى، توضع إبرة صغيرة في الظهر ما بين الفقرات. ستكون واعياً أثناء العملية و لكن لا تحس بالألم.

منع حدوث التهاب ذات الرئة و الخثرة الدموية

- الحركة و التنفس العميق بعد العملية يساعد في منع حدوث مضاعفات كالخثرة الدموية، السوائل في الصدر، و التهاب ذات الرئة. كل ساعة خذ 5-10 أنفاس عميقة و احبس كل نفس لمدة 3-5 ثواني.
- عندما تخضع إلى عملية، هناك خطورة من حصول خثرة دموية بسبب عدم الحركة أثناء التخدير. كلما طالت الجراحة و أصبحت أكثر تعقيداً، زادت الخطورة. هذه الخطورة تقل بالنهوض و المشي 5-6 مرات في اليوم، و ارتداء جوارب خاصة سائدة أو بوت ضغط للساق، و للمرضى ذوي الاحتمالية العالية لحصول الخثرة يعطون أدوية لتخفيف الدم.
- اتبع تعليمات الجراح حول موعد تبديل الضمادات.
- كمية قليلة من نضح الجرح هو حالة طبيعية. إذا كان ضماد الجرح مليء بالدم يجب الاتصال بالجراح.
- إذا كان هناك لصق للجرح، فسيق من ذات نفسه خلال 7-10 أيام.
- إذا كان هناك صمغ للجرح، اعطه الوقت ليزول من ذات نفسه.
- تجنب ارتداء ثياب ضيقة و خشنة. فهي من الممكن أن تحتك بالجرح و تصعب التئام الجرح.
- احمي الجلد الجديد وبالأخص من الشمس. الشمس من الممكن أن تسبب في حرق وندب داكنة.
- ندبة الجرح تكتمل خلال 4-6 أسابيع وتصبح أكثر رخاوة و يستمر بالاضمحلال حتى السنة التالية.

التماثل للشفاء

- اذا تعرضت الى التخدير العام أو أخذت أدوية أفيونية للالام، ستشعر باختلاف لمدة 2-3 يوم. من الممكن ان تواجه صعوبة في التذكر و تشعر بالتعب. لا يجوز ان تقود السيارة، تشرب الكحول، او اتخاذ قرارات كبيرة على الاقل لمدة يومين.
- تجنب العصر مع مرور الغائط بزيادة الألياف في الغذاء و الأطعمة عالية الألياف أو باستخدام أدوية. تأكد من شرب 8-10 أكواب من الماء.

الألم

- مقدار الألم يختلف من مريض الى آخر. تحتاج اي دواء ألم بعد العملية و طبيبك سيحدد الجرعة المناسبة لك. ممكن استخدام حبات محلية للبلعوم إذا شعرت بحرقة و ألم من وضع أنبوب التنفس أثناء التخدير.
- الألم الشديد يضع جهد مضاعف على الجسم في الوقت التي فيه يحتاج الجسم أن يركز على التئام الجرح.

التغذية

- عندما تنهض من التخدير، تستطيع ان تشرب القليل من السوائل. أن لم تكن تشعر بغثيان فيمكنك البدء بتناول الطعام المعتاد.
- استمر في شرب الماء بمقدار 8-10 أكواب في اليوم.
- تناول غذاء عالي بالألياف كي لا تعصر أثناء التغوط.
- الأطعمة عالية الألياف: الفاصوليا، نخالة الحبوب، خبز كامل الحبوب، بزاليا، فواكه مجففة (تين، خوخ و التمر)، الفراولة، العرموط، التفاح و الإجاص.

النشاط:

- ببطء زيد من نشاطك. تأكد من النهوض و المشي كل ساعة لتمنع تكون خثرة الدم.
- من الممكن ان تذهب الى المنزل في نفس اليوم للعمليات البسيطة. ان كان لديك مشاكل صحية أو مضاعفات مثل الغثيان، القيء، النزف، أو التهاب بعد الجراحة، من الممكن أن تبقى لفترة أطول.

