

کد: INS-PE-003	دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز	
صفحه : ۱ از ۳	مرکز آموزشی درمانی سوانج و سوختگی امیرالمومنین (ع)	
شماره ویرایش: R/01	عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی بلفاروپلاستی	
تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۳/۱۰/۰۹	محور: مراقبت و درمان	
تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۴/۱۰/۰۹	زیرمحور: مراقبت های عمومی و بالینی	

هدف: ارتقاء و بهبود وضعیت بالینی بیماران از طریق آموزش به بیماران و خانواده های آنان در خصوص رفتارهای بهداشتی و خود مراقبتی در زمان بستری و پس از ترخیص

دامنه: بخش جراحی پلاستیک

تعاریف: **خود مراقبتی:** مجموعه ای از اعمالی است که فرد به صورت اکتسابی، آگاهانه و هدفدار برای خود، فرزندان و خانواده اش انجام میدهد تا از لحاظ جسمی، روانی، اجتماعی سالم بمانند و همچنین در صورت ابتلا به بیماری و بستری در بیمارستان براساس آموزشهای دریافتی در حین بستری و پس از ترخیص از سلامت خود و خانواده اش حفاظت نماید.

تعریف بلفاروپلاستی: نوعی عمل جراحی زیبایی و در مواردی درمانی است که به رفع افتادگی پلک میپردازد.

مسئولیت ها و اختیارات: پرستار و پزشک جراح پلاستیک

شیوه انجام کار :

✓ آموزش خودمراقبتی حین بستری:

۱. پزشک:

- آموزش های لازم در خصوص استفاده از کمپرس یخ هر یک ساعت به مدت ده دقیقه به منظور جلوگیری از تورم و التهاب بعد از عمل به بیمار و همراه ارائه دهد.
- آموزش های لازم در خصوص بالا نگهداشتن سر در زمان استراحت را به بیمار و همراه ارائه دهد.
- در خصوص نحوه درخواست و مصرف داروهای مسکن به بیمار و همراه آموزش دهد.

۲. پرستار:

- جهت جلوگیری از تورم و التهاب بعد از عمل استفاده از کمپرس یخ هر یک ساعت به بیمار و همراه آموزش داده شود.
- در خصوص اهمیت بالابودن نرده های تخت توضیحات قابل فهم را به بیمار و همراه ارائه دهد.
- به بیمار و همراه در خصوص اطلاع به پرستار از طریق زنگ احضار در موارد نیاز آموزش دهد.
- در خصوص نحوه خروج از تخت به گونه ای که ابتدا نشسته ، سر بیمار پایین آورده نشود به بیمار و همراه آموزش داده شود .
- در خصوص داروهای تجویز شده و درخواست مسکن جهت کاهش درد آموزش داده شود.
- علت استفاده از غذا های نرم و کم نمک توضیح داده شود .
- رعایت مسائل بهداشتی ، شستشوی دست و ضد عفونی کردن دست ها را به بیمار و همراه آموزش دهد.

کد: INS-PE-003	دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز	
صفحه : ۲ از ۳	مرکز آموزشی درمانی سوانح و سوختگی امیرالمومنین (ع)	
شماره ویرایش: R/01	عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی بلفاروپلاستی	
تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۳/۱۰/۰۹	محور: مراقبت و درمان	
تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۴/۱۰/۰۹	زیرمحور: مراقبت های عمومی و بالینی	

✓ آموزش خود مراقبتی حین ترخیص:

۱. پزشک:

- ا. آموزش های لازم در خصوص استفاده از کمپرس یخ هر یک ساعت به مدت ۱۵ دقیقه به منظور جلوگیری از تورم و التهاب بعد از عمل به بیمار و همراه ارائه دهد.
- ب. به بیمار درمورد محدود کردن فعالیت خود و انجام ندادن فعالیت سنگین توضیح داده شود .
- ت. در هفته اول بعد از عمل لزوم استفاده از عینک آفتابی (جلوگیری از تحریک چشم ها در اثر نور خورشید و باد) توضیح داده شود.
- ث. به بیمار و همراه آموزش داده که سه روز بعد از عمل می توانید صورت خود را با شامپو بچه بشویید و روزانه محل بخیه جراحی با پماد جنتامایسین چشمی چرب شود.
- ج. به بیمار و همراه توضیح داده شود که طی ۳ الی ۴ هفته بعد از جراحی از هرگونه فعالیتی که باعث افزایش جریان خون به چشم ها می شود از جمله خم شدن، بلند کردن اجسام سنگین، فعالیت های ورزشی و حتی گریه کردن اجتناب کند .
- ح. درمورد تغذیه و استفاده از مواد غذایی پرکالری و پروتئین دار به بیمار آموزش داده شود.
- خ. توضیحات لازم در خصوص داروهای تجویز شده و عوارض داروها را به بیمار و همراه ارائه دهد.
- د. زمان و مکان مراجعه بعدی جهت ویزیت را به بیمار ارائه دهد.

۲. پرستار:

- ا. اهمیت استفاده از کمپرس یخ به منظور جلوگیری از افزایش تورم و التهاب پلک به بیمار و همراه توضیح داده شود.
- ب. به بیمار و همراه آموزش داده که سه روز بعد از عمل می توانید صورت خود را با شامپو بچه بشویید و روزانه محل بخیه جراحی با پماد جنتامایسین چشمی چرب شود.
- ت. درمورد تغذیه و استفاده از مواد غذایی پرکالری و پروتئین دار، آب آناناس جهت کاهش ورم و کبودی پلک به بیمار آموزش داده شود.
- ث. زمان و نحوه اخذ نوبت جهت ویزیت پزشک درمانگاه را به بیمار آموزش دهد.
- ج. آموزش های لازم در خصوص داروهای تجویز شده و عوارض داروها و تناوب مصرف دارو ها را به بیمار و همراه وی ارائه دهد.

امکانات و تسهیلات مورد نیاز: پمفلت های آموزشی – فرم تکمیل شده ترخیص ایمن- شماره گوشی سوپروایزر آموزش سلامت جهت

پاسخگویی به سوالات

منابع و مراجع : تجربیات بیمارستان

کد: INS-PE-003	دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز	
صفحه: ۳ از ۳	مرکز آموزشی درمانی سوانح و سوختگی امیرالمومنین (ع)	
شماره ویرایش: R/01	عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی بلفاروپلاستی محور: مراقبت و درمان زیرمحور: مراقبت های عمومی و بالینی	
تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۳/۱۰/۰۹		
تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۴/۱۰/۰۹		

نام و نام خانوادگی	سمت	
تهیه کنندگان	سوپروایزر آموزش سلامت فوق تخصص جراحی پلاستیک و ترمیمی سرپرستار بخش جراحی پلاستیک	محسن بیات دکترعلی اکبرمحمدی طیبه طباطبایی
تایید کننده	سوپروایزر آموزشی	علیرضا فرمانی
تصویب و ابلاغ کننده	رییس بیمارستان	دکتر سید محمد مهدی اصلانی