

## Råd om sårvård efter operation

لقد أجرى الطبيب: ..... عملية جراحية لك بتاريخ: .....  
سيتم إزالة القطب بعد ..... أيام.  
قم بحجز موعد مع الممرضة في المستوصف لإزالة القطب.

### العناية:

- يجب أن يبقى الضماد الضغط الماص جافاً خلال ٤٨ ساعة.  
يتم إزالة الضماد الضغط الخارجي بعد مرور يومين لكن يجب إبقاء اللاصق الورقي البني المجاور للقطب.  
يمكن بعد ذلك الاستحمام كالمعتاد بعد مرور يومين إلى ٣ أيام إضافية. قم بالتجفيف من خلال التبطط.

استخدم فقط مستحضرات باراسيتامول على سبيل المثال (ألفيدون (Alvedon) أو بانوديل (Panodil)) في حال شعرت بالألم.

ملاحظة: عليك خلال الأيام الأولى تجنب تناول مسكنات الألم التي من شأنها تغيير قابلية النزيف، خاصة المحضرة من أسيتيل ساليسيل على سبيل المثال، إيبيرين (Ipren) ومغنيسيل (Magnecyl) وتريو (Treo)، بالإضافة إلى بعض المستحضرات الغذائية على سبيل المثال، الحمض الدهني أوميغا ٣ وكبسولات زيت كبد الحوت. لكن في حال كانت لديك وصفة أدوية مانعة لتجلط الدم، فتناولها كالمعتاد.

ولكن في حال حدوث ذلك، فقم بالجلوس والضغط بقوة واستمرار على الضمادة لمدة ١٥ دقيقة على الأقل.

في حال ازداد الاحمرار والشعور بالحرارة والألم حول منطقة العملية أو حدوث نزيف كبير (بحيث إن الضماد الخارجي بحاجة إلى تبديل عدة مرات) فقم دائماً بالتواصل مع العيادة.  
يوم الإثنين إلى يوم الجمعة بين الساعة ٠٨:٠٠ – ١٥:٤٥ على رقم الهاتف 031-342 38 74  
يمكنك في أوقات المساء والعطل طلب المستوصف المناوب عند الحاجة إلى مساعدة طارئة.

**النشاط الجسدي:** تجنب خلال الأسابيع الأولى الاجتهادات البدنية. كما يجب عليك تجنب التعرق أو تمدد الجلد في منطقة العملية، لأن بذلك خطر الإصابة بعدوى أو انفتاح الجرح.  
يمكنك التحرك كالمعتاد بعد مرور ..... أيام.

- إن الأنشطة التي هي عبارة عن تمدد حاد وعنيف للندبات الموجودة على الذراعين والساقين والظهر والجذع غير مناسبة خلال أول شهرين إلى ٣ أشهر، لأن ذلك قد يزيد من الندبات.
- عليك استخدام الجوارب الداعمة أثناء النهار حتى شفاء الجرح في حال أجريت عملية جراحية في الساق.
- تجنب الحمام البخاري وحمام السباحة حتى شفاء الجرح.
- تجنب العمل في الوضعية الانحنائية للأمام في حال أجريت عملية جراحية في الوجه. يُفضل استخدام وسادة إضافية أسفل الرأس أثناء النوم.
- لا تتعجب من حدوث كدمات أو انتفاخ في حال أجريت العملية الجراحية في المناطق الحساسة على سبيل المثال، بالقرب من العيون.

**نصائح استخدام الشريط اللاصق بعد إزالة القطب:** نوصي باستخدام اللاصق ميكروبوبور (®Micropore) لأطول فترة ممكنة كي تكون الندبة خفيفة قدر المستطاع، ويُفضل أن يكون ذلك لمدة ٦ أشهر. يجب تغيير الشريط اللاصق مرة واحدة في الأسبوع. توقف عن استخدامه في حال تعرضت منطقة العملية للتهيج بسبب اللاصق. لا تعرض الندب للشمس خلال السنة الأولى كي تتجنب الاصطباغ. قد يستمر احمرار الندب لمدة عام تقريباً.

**الاستجابة للفحص المجهرى:** تُرسل عينات الجلد المستأصل للفحص المجهرى. ويصلنا الرد في العادة في غضون ٦ إلى ٨ أسابيع. سيتم إعلامك بذلك إما أثناء مراجعتك للطبيب أو عبر البريد أو عبر الهاتف، وذلك وفقاً للاتفاق مع طبيبك.



## MEDDELANDE TILL DISTRIKTSSJUKSKÖTERSKA

Ordinerande läkare: .....

Operationsdatum..... Suturerna bör tas om.....dagar.

Tacksam för hjälp med suturtagning.

Personnummer

Namn

Plats för etikett

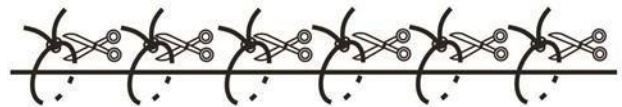
Nedan har vi markerat den typ av suturer som har använts för denna patient. Vid problem med sår eller suturtagning är du välkommen att kontakta oss, tel. 031-342 38 74.

Meddela även Hudmottagningen om antibiotika behöver sättas in.



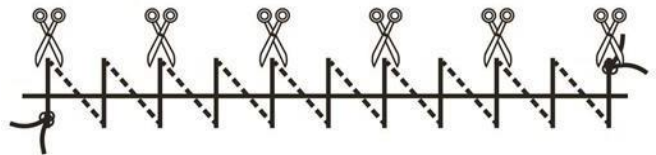
### Enstaka suturer

Lyft i ena trådändan med pincett, klipp under knuten med ögonsax eller med fin suturkniv.



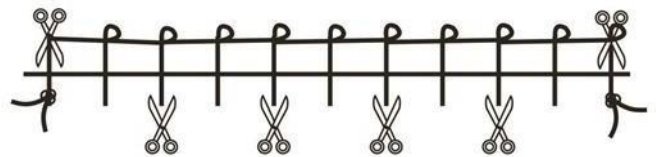
### Fortlöpande ("over and over")

Klipp av varannan sutur och lyft mellan suturerna. Ta bort knutarna.



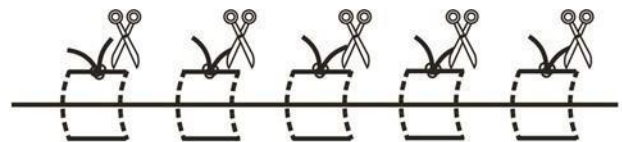
### Langett

Klipp av varannan sutur och lyft mellan suturerna. Ta bort knutarna.



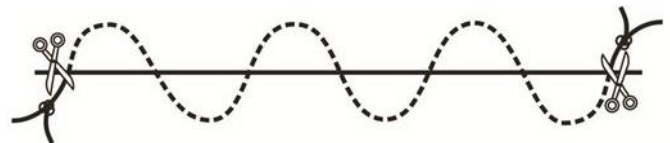
### Liggande madrass

Lyft i tråden på sidan med knuten och klipp av.



### Intrakutan resorberbar

Denna tråd behöver inte tas bort. Om knutarna irriterar huden så kan de förstås klippas bort efter 3 veckor.



### Korssutur

Lyft i tråden på sidan med knuten och klipp av.

