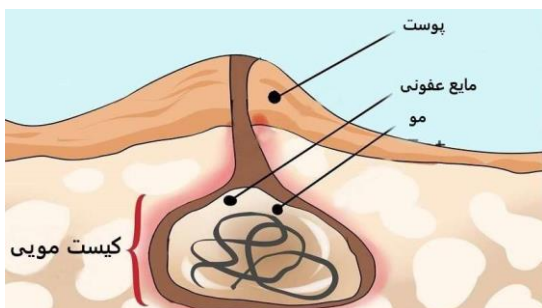




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز

بیمارستان شهید بهشتی قزوین

## آموزش به بیمار با موضوع: سینوس پیلونیدال



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار

تأیید کننده علمی: آقای دکتر رامین عظیمی  
(متخصص جراحی عمومی)

سال ۱۴۰۱

### زمان مراجعه بعدی:

در زمانی که پزشک مشخص کرده به وی مراجعه کند.  
در صورت وجود ترشح زیاد از ناحیه عمل و تب بالای ۳۸  
درجه سانتیگراد و درد غیر قابل کنترل به پزشک مراجعه  
نماید.  
جهت پیگیری جواب پاتولوژی به بیمارستان مراجعه و  
نتیجه را به رویت پزشک معالج برساند.

منبع:

کتاب پرستاری - داخلی و جراحی بروز و بهار کوش



بازروی سلامتی و تندرستی

یک تکه گاز روی زخم گذاشته شود تا هم امکان هوا خوردن  
وجود داشته و هم از سائیده شدن لباسها به زخم جلوگیری  
شود.

در صورتیکه نشستن مشکل و با درد همراه است بایستی یک  
بالشتک که وسط آن سوراخ باشد تهیه و از آن استفاده نماید  
ز لباسهای سبک و گشاد استفاده کند.

موهای ناحیه عمل بایستی هر هفته از بین برده شود در غیر  
اینصورت ممکن است بیماری عود کند. ترجیحا در زمان  
استحمام این کار را انجام دهد تا موهای زاید کاملا از بدن  
شما پاک شوند.

وزن خود را متعادل نگه دارند.

جهت جلوگیری از عفونت و فشار بر روی بخیه ها مراقبت از  
ناحیه عمل و رعایت بهداشت شخصی ضروری است.

لباس زیر همیشه باید خشک باشد.

### دارو:

جهت تسکین درد از داروی مسکن تجویز شده طبق دستور  
پزشک استفاده نماید.

داروهای تجویز شده توسط پزشک (مانند آنتی بیوتیک در  
ساعات معین) طبق دستور و تا اتمام کامل مصرف نماید.

### سینوس پیلونیدال :

در شکاف بین دو برجستگی باسن و روی سطح خلعی قسمت ساکردم ایجاد می شود .  
علائم آن شامل نفوذ و به داخل بافت اپلی تیلوسوم و بافت زیرجلدی است .  
درمان اولیه التهاب جراحی و تخلیه آبسه است .

### راهنمای آموزش خود مراقبتی بیماران بعد از عمل

#### سینوس پیلونیدال :

بیمار گرمی جهت بهبودی هر چه سریعتر نکات زیر را رعایت نمایید :

- لطفا پانسمان خود را دستکاری نکنید و برای تعویض پانسمان به درمانگاه یا بیمارستان مراجعه کنید.
- برای دفع ادرار یا مدفوع از توال فرنگی استفاده کنید.
- در صورتی که محل عمل بخیه نشده باشد روند بهبودی زخم به وسعت زخم ، رعایت بهداشت فردی ، حمام روزانه و تغذیه شما بستگی دارد و بین ۲ تا ۳ ماه طول می کشد .
- پانسمان محل عمل را طبق دستور پزشک انجام دهید .
- از روز سوم به بعد قبل از انجام پانسمان حمام کنید و یا محل عمل را درون وان آب گرم قرار دهید .
- لطفا آنتی بیوتیک های تجویز شده را سر وقت مصرف کنید .

- برای نشستن لطفا از رینگ یاتیوپ یا بالشت ( بالشتکی ک وسط آن سوراخ باشد ) تهیه و از آن استفاده کنید .
- در صورت مشاهده ی هر گونه علامت عفونت ( قرمزی ، گرمی ، ترشحات چرکی ، تب و بی حالی ) و یا خونریزی سریعا به پزشک مراجعه کنید .
- همیشه موهای محل عمل را تمیز کنید تا بیماری مجدد عود نکند .
- در صورتی که زخم شما بخیه شده باشد ، پانسمان مانند سایر زخم ها صورت می گیرد
- در صورت داشتن بخیه در مورد زمان کشیدن بخیه ها از پزشک پرسیده شود .

#### کیست پیلونیدال :

- کیست به صورت یک نقطه کوچک پوستی ایجاد می شود گاهی بصورت یک یاچند مو پیچ خورده دیده می شود .
- این بیماری در جنگ جهانی دوم به بیمار ی رانندگان جیب مشهور بود . این بیماری مستعد عفونت است و در افراد سیاه پوست شایع نیست . همچنین در مردان بیشتر از زنان است . سنپوس ها آبسه های هستند که در سطح پوست و دارای نمفد است اما همیشه آبسه پیلونیدال همراه با سینوس نیست . علائم درد، قرمزی ،احساس درد همراه با لمس و تورم همچنین تب و لرز

### رژیم غذایی و تغذیه بعد از عمل :

در روزهای بعد از عمل از مصرف مواد غذایی نفاخ پرهیز کرده و رژیم غذایی حاوی پروتئین و ویتامین ث مصرف نماید .  
برای پیشگیری از یبوست از رژیم غذایی پر فیبر ( حاوی سبزیجات و میوه های تازه ) استفاده کند .

#### فعالیت :

پس از یک هفته بانظر پزشک معالج فعالیت عادی را می تواند شروع نماید .  
از کارهای سنگین مانند بلند کردن اشیاء سنگین ، ایستادن به مدت طولانی ، تمرینات ورزشی خشن طی ۶ هفته اول بعد از عمل خودداری کنید .

#### مراقبت بعد از عمل :

پس از جراحی به روش بسته پس از دو الی سه روز می تواند حمام کند .  
پس از جراحی به روش باز ، پس از خارج کردن پانسمان ولیه می تواند حمام کند .  
تا جایی که ممکن است ناحیه عمل را باید تمیز و خشک گه دارد .  
بعد از هربار اجابت مزاج به آرامی خود را با آب گرم شسته ؛ سپس با پنبه جاذب خشک کند .  
در روش جراحی بسته ، بخیه ها پس از یک الی دوهفته خارج می شود .