

## ماستکتومی

( برداشتن پستان )

گروه هدف : بیماران محترم

تهیه کننده: واحد آموزش دفتر پرستاری

خرداد ۱۴۰۱

بیمارستان موقوفه شهید

همدان - پل پیشاهنگی ۴-۳-۴۰۳۸۲۲۴۰۸۱

ملپری

### مراقبت های قبل از عمل :

- ۱) ۶ تا ۸ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید.
- ۲) دستبند شناسایی بیمار را از پذیرش بیمارستان تحویل بگیرید و پس از کنترل توسط پرستار به دست غالب خود ببندید.
- ۳) روز قبل از عمل استحمام نمایید.
- ۴) هرگونه زیور آلات ، ساعت و ... را خارج نمایید.
- ۵) در صورت داشتن بیماری خاص ، حساسیت دارویی ، غذایی و فصلی به پزشک و پرستار و پرستار اطلاع دهید.

- ۳) جهت کاهش ورم موقت در اندام مبتلا ، سه بار در روز برای ۴۵ دقیقه بازو ها روی بالش قرار داده شود.
- ۴) از آویز کردن دست (همان سمت پستان عمل شده خودداری نمایید.
- ۵) از روز دوم بعد از عمل ورزش های دست ، شانه ، بازو و تمرین های تنفسی شروع شود.
- ۶) ورزش بعد از عمل معمولاً ۳ بار در روز و هر بار به مدت ۲۰ دقیقه باید انجام شوند. و تا وقتی که دامنه حرکتی به صورت کامل برگشت کند ادامه پیدا می کند ( معمولاً ۴ تا ۶ هفته بعد از عمل)

### مراقبت از دست و بازو بعد از خارج کردن

#### غدد لنفاوی زیر بغل:

- ۱) از گرفتن فشار خون ، تزریق و گرفتن خون از دست عمل شده اجتناب شود.
- ۲) از ضد آفتاب باعبار حفاظتی بیشتر از ۱۵ استفاده شود.

### مراقبت های بعد از عمل جراحی:

- ۱) پس از هوشیاری کامل رژیم غذایی خود را با مایعات ساده شروع نمایید.
- ۲) پس از برطرف شدن حالت تهوع، و تحمل مایعات با هماهنگی پزشک و پرستار از تخت خود خارج شده و به آرامی پیاده روی کنید.

تعریف: به عمل جراحی برداشتن تمام یا قسمتی از پستان برای خارج کردن توده ماستکتومی گفته می شود.

- (۳) برای تراشیدن زیر بغل فقط از تیغ الکتریکی استفاده شود.
- (۴) از بلند کردن اشیاء با وزن بیش از ۲ تا ۴ کیلوگرم خودداری نمایید.
- (۵) در صورت ایجاد صدمه یا پارگی در پوست ، ناحیه با آب و صابون شسته و از یک پماد ضد باکتری استفاده شود.
- (۶) از قیچی کردن کناره های گوشتی اطراف ناخن اجتناب کنید.
- (۷) برای اجتناب از نیش زدگی حشرات از مواد دافع حشرات یا توری و حشره کش ها استفاده شود.

### آموزش و ارتقای سلامت:

- (۱) از رژیم غذایی پر پروتئین و پرکالری ( گوشت ، حبوبات ، تخم مرغ و ... ) استفاده نمایید.
- (۲) جهت بهبود اشتها ، غذای خود را در حجم کمتر و وعده غذایی بیشتر مصرف نمایید.
- (۳) از بلند کردن اشیاء سنگین خودداری کنید.

- (۴) پانسمان محل عمل طبق دستور پزشک به روش کاملاً استریل تعویض گردد. بخیه ها ۷ تا ۱۰ روز پس از عمل کشیده می شود.
- (۵) در صورت ترخیص با درن ( لوله پلاستیکی داخل محل عمل که به ظرف پلاستیکی مخصوص وصل است) باید اطراف درن به روش استریل پانسمان شود. محل قرارگیری محفظه پلاستیکی پایین تر از سطح بدن می باشد. چگونگی تخلیه و خلا درن را یاد بگیرید.
- (۶) در صورت بروز قرمزی ، بوی بد، خروج ترشحات چرکی و تب ، فوراً به پزشک اطلاع دهید.
- (۷) آنتی بیوتیک های تجویز شده به موقع مصرف شوند و دوره درمان را تکمیل نمایید.
- (۸) تا ۲ سال بعد از عمل ، هر ۳ ماه یکبار به پزشک خود مراجعه کنید.
- (۹) از مسکن و دوش آب گرم جهت کاهش درد استفاده کنید.
- (۱۰) ورزش های مخصوص بعد از عمل را طبق توصیه پزشک روزی ۳ بار و هر بار ۲۰ دقیقه انجام دهید.