

ความเจ็บป่วย เป็นเรื่องธรรมดาของมนุษย์ เมื่อเกิดความเจ็บป่วยจึงต้องมาพบแพทย์เพื่อรับการรักษา บางครั้งการรักษาเพียงให้รับประทานยา หรือฉีดยา ก็หายจากโรค แต่บางโรคต้องรักษาด้วยการผ่าตัด



ผู้ป่วยที่ต้องผ่าตัด ไม่จำเป็นต้องรับไว้ในอนในโรงพยาบาล ซึ่งขึ้นอยู่กับชนิดของการผ่าตัด และสุขภาพของผู้ป่วย

การเตรียมตัวก่อนผ่าตัด

- งดอาหารและน้ำดื่มทุกชนิดทางปากหลังเที่ยงคืนก่อนทำผ่าตัด ถึงวันที่ทำผ่าตัด



- อาบน้ำ สระผมให้สะอาด ตัดเล็บมือเล็บเท้าให้สั้น ไม่ทาเล็บ ไม่แต่งหน้า ผู้ชายโกนหนวด เครา ผิวหนังบริเวณผ่าตัด พยายามจะโกนออกให้

- รักษาความสะอาดของช่องปาก งดสูบบุหรี่ และเคี้ยวหมาก



- ไม่ใส่เครื่องประดับทุกชนิด และกายอุปกรณ์อื่นๆ เช่น ตาปลอม ฟันปลอมชนิดถอดได้ คอนแทกเลนส์



- พักผ่อนนอนหลับให้เพียงพอ ไม่นอนดึก

- ผู้ป่วยบางราย แพทย์อาจให้สวนอุจจาระในคืนก่อนทำผ่าตัด หรือเช้าวันที่ทำการผ่าตัด
- ปัสสาวะให้เรียบร้อยก่อนไปห้องผ่าตัด
- เซ็นใบอนุญาตยินยอมรับการรักษาโดยการผ่าตัด
- บอกให้ญาติทราบว่า ท่านจะรับการรักษาโดยการผ่าตัด

การปฏิบัติตัวหลังผ่าตัด

- ไม่ต้องแต่งแผลผ่าตัด
ระวัง!! ไม่ให้แผลเปื้อนสกปรก หรือถูกน้ำ
- ท่อ หรือสายระบายต่างๆ ที่ใส่จากการผ่าตัดนั้น ต้อง วางท่อหรือสาย ระบายให้ต่ำกว่าบริเวณที่ใส่เสมอ
ระวัง!! ไม่ให้ท่อหลุด และไม่ดึงออกเอง
ระวัง!! ไม่นั่งหรือนอนทับท่อนั้น
- แผลผ่าตัดที่อยู่ส่วนปลายแขนหรือขา ควรวางอวัยวะส่วนนั้นๆ ให้สูงเสมอ เพื่อป้องกันอาการบวม โดยใช้หมอนรองให้สูงเหนือระดับหัวใจเวลานอน ถ้าเป็นที่แขน เวลาขึ้นเดิน นั่ง ใช้ผ้าสามเหลี่ยมคล้องคอ ช่วยพยุงแขนไว้ และไม่ใช้มือข้างนั้นยกของหนัก ถ้าเป็นที่ขา ไม่นั่งห้อยขา หรือลงน้ำหนักเดินก่อนแพทย์อนุญาต
- ถ้าปวดแผล ให้กินยาแก้ปวดตามแพทย์สั่ง และใช้ยาทุก 4 – 6 ชั่วโมง
- ลุกเดินได้ถ้าไม่มีข้อจำกัด



6. สำหรับผู้ป่วยหลังผ่าตัดคดมาศลบ และหมดความรู้สึกรู้ตัว เมื่อรู้สึกตัวแล้วควรปฏิบัติตัวดังนี้ เพื่อฟื้นคืนสู่สภาพปกติโดยเร็วที่สุด คือ
- พลิกตะแคงตัว และเปลี่ยนท่านอนทุก 2 ชั่วโมง
 - บริหารการหายใจเพื่อให้ปอดขยายตัวได้เต็มที่ และเสมหะไม่คั่งค้างในปอด โดยการสูดหายใจเข้าช้า ๆ ทางจมูกให้เต็มปอด กลืนน้ำไว้ขณะหนึ่ง แล้วจึงปล่อยลมหายใจออกช้า ๆ บริหาร 5 – 10 ครั้งทุก 2 ชั่วโมง
 - ถ้าเสมหะพยายามไอออกให้หมด วิธีไออย่างมีประสิทธิภาพ คือ บริหารการหายใจเข้า – ออกช้า ๆ ดังกล่าว 3 – 4 ครั้ง ครั้งสุดท้ายสูดหายใจเข้ากลืนหายใจหนึ่งไว้ แล้วไอออกรแรง ๆ อาจนั่งไอ และใช้มือช่วยพยุงแผลผ่าตัดด้วยก็ได้
 - บริหารกล้ามเนื้อต่าง ๆ เช่น กล้ามเนื้อ แขน ขา หน้าท้อง และหลัง โดยการเกร็งและแบ่งค้างไว้นานนับ 1 – 10 หรือ 6 – 10 วินาที แล้วจึงคลายพักสักครู่ และบริหารใหม่ บริหาร 5 – 10 ครั้งทุก 2 ชั่วโมง ต่อกล้ามเนื้อส่วนหนึ่ง ๆ

การปฏิบัติเมื่อกลับบ้าน

1. ดูแลแผลผ่าตัดให้สะอาด เปลี่ยนผ้าปิดแผลผ่าตัดเมื่อเปื้อนหรือหลุด และกลับมาตัดใหม่ตามนัดเมื่อแผลหายสนิท จึงถูกน้ำได้
2. รับประทานอาหาร ออกกำลังกาย การพักผ่อนและการมีกิจกรรมต่าง ๆ ตามคำแนะนำของแพทย์และพยาบาล
3. รับประทานยาตามแพทย์สั่งไม่ซื้อยาใช้เอง
4. ติดตามการรักษา โดยมาพบแพทย์ตามนัดทุกครั้ง
5. กลับมาพบแพทย์ก่อนนัดหมาย พร้อมบัตรนัดถ้ามีอาการผิดปกติ เช่น มีไข้ แผลผ่าตัดอักเสบ คลื่นไส้ อาเจียน หรือมีก้อนเนื้องอกเกิดขึ้นใหม่



การเตรียมตัว ก่อน – หลัง ผ่าตัด



เรียบเรียงโดย ... หอผู้ป่วยศัลยกรรมกระดูก

โทร. 056 – 219888 ต่อ1406

จัดพิมพ์โดย ... กลุ่มงานสุขศึกษา

โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ จังหวัดนครสวรรค์

โทร. 056 – 219888 ต่อ 5200, 9801