



به نام خدا

## خارج سازی پین



آموزش به بیمار بیمارستان لقمان حکیم

ویرایش: آذر ۹۸

## آموزش مراقبت از خود به بیمار:

۱- در صورت مشاهده علائم

هشدار مثل عفونت (ترشحات بدبو و فراوان)

به پزشک مراجعه نمایید.

۲- رژیم غذایی ذکر شده به دقت انجام

گردد.

۳- مصرف دخانیات و الکل حذف شود.

۴- آنتی بیوتیک (سفاکسین، سفکسیم ، ...)

به موقع مصرف شود. و دوره درمان را تکمیل

نماید.

۵- آنتی بیوتیک با مصرف آب فراوان و یا

بعد از غذا مصرف شود.

۶- در صورت بروز بثورات جلدی و حساسیت

دارویی نسبت به آنتی بیوتیک و یا دل درد و

اسهال به پزشک جهت تغییر آنتی بیوتیک

مراجعه نماید.

\*\*\*

منابع:

برونر و سودارث، داخلی جراحی پرستاری، ارتوپدی،

ویراست چهاردهم، ۲۰۱۸

## رژیم غذایی

مصرف مایعات فراوان ، رژیم حاوی کلسیم (شیر ، ماست ، پنیر) ، پروتئین (گوشت ، مرغ ، تخم مرغ) ، ویتامین C (میوه ها ) که ویتامین C نقش مهمی در ساخت کلاژن دارد ، کلاژن هم جز مهمی از داربست پروتئینی استخوان است. موادی مثل شکر ، نمک ، کافئین ، نوشابه گازدار منع مصرف دارند.

اما برای پرداختن به ورزش ها حرفه ای به خصوص اگر در آن پریدن و دویدن شدید و احتمال فشار آمدن روی استخوان وجود داشته باشد دچار مشکل می شود.

## علائم هشدار دهنده :

عفونت شامل : تب، قرمزی محل عمل ، تورم ، حساسیت ، تاول

گذاشتن پین وقتی شکستگی وجود دارد برای ثابت کردن استخوان لازم است و بعد از انجام این جراحی عضو آسیب دیده باید مدتی بی حرکت بماند تا جوش بخورد . پین باید تا زمانی که استخوان جوش بخورد در آن قرار بگیرد و بعد از آن میتوان خارج کرد.

## فعالیت:

بعد از خارج سازی پین برای انجام کارهای عادی زندگی و یا فعالیت های ورزشی معمولی مشکلی نخواهد داشت.