

# بیمارستان شهدای هفتم تیر

## آموزش مراقبت از بیمار جراحی سینوس پیلونیدال



وجود دو عدد کیست در محل به هم پیوستن کناره  
برجستگی باسن

تهیه و تنظیم : واحد آموزش ارتقای سلامت  
بیمارستان شهدای هفتم تیر

لازم بذکرست واحد آموزش ارتقای سلامت در ایام  
عادی هفته از ۸-۱۳:۳۰ صبح و واحد پرستار پیگیر در  
ایام عادی هفته از ۸-۱۳:۳۰ و روزهای شنبه و سه شنبه  
از ساعت ۱۵-۱۸ پاسخگوی سوالات آموزش خود  
مراقبتی از بدو ورود به بیمارستان -بدو ورود به بخش  
-حین بستری و ترخیص و بعداز ترخیص شما میباشد.  
-۵۵۲۳۷۲۶۰

۹۴- ۵۵۲۲۸۵۹۳-داخلی ۳۳۱

سوپروایزر آموزش ارتقای سلامت : خانم کاهه

سایت بیمارستان :

[WWW.HOSPHT.IUMS.AC.IR](http://WWW.HOSPHT.IUMS.AC.IR)

شماره های تماس :

۵۵۲۲۸۵۸۱ -۴

داخلی - ۳۳۱

تاریخ تهیه : فروردین ۹۶

تاریخ بازنگری : شهریور ۱۴۰۳

فرد تائید کننده : دکتر ستایش

کد : Pa-HPT-41

در صورت انجام اجابت مزاج در سه روز اول پس از  
عمل از اب جهت شستشو استفاده نکنید.وبا دستمال خود  
را تمیز نمایید.

جهت اجابت مزاج از توالت فرنگی استفاده نمایید.  
در صورت مشاهده خونریزی بیش از حد طبیعی سریعا با  
پزشک خود تماس بگیرید

**بیمار محترم فراموش نکنید :**

در کلیه بیماریها رعایت بهداشت فردی و شستشو  
مرتب دستها توسط بیمار و همراه در کنترل و  
پیشگیری عفونت اهمیت به سزایی دارد .

## سینوس پیلونیدال چیست؟

در انتهای ستون فقرات و در محل به هم پیوستن کناره برجستگی باسن ها گاهی روی پوست یک یا چند سوراخ ریز وجود دارد این سوراخ ها در زیر پوست به حفره ای راه دارد. بسیاری از مواقع داخل این حفره ها مقداری مو جمع میشود. گاهی میکروب به داخل این حفره نفوذ کرده و ایجاد عفونت میکند. گاهی عفونت آنقدر شدید است که تبدیل به آبسه میگردد.

عفونت و حتی آبسه ی این ناحیه ممکن است خودبخوبی بهبود یابد. ولی چون بیماری ریشه کن نشده است احتمال عود مجدد همیشه وجود دارد. با هر بار عود، بیماری در زیر پوست گسترش پیدا کرده و ممکن است سوراخ های جدیدی بوجود آیند. با گذشت زمان بیماری مزمن شده و خروج ترشح چرکی و بد بو از سوراخ ها همیشگی میشود.

## عوامل ایجاد کننده

- ۱- چاقی
- ۲- نشستن طولانی مدت (رانندگی)
- ۳- بهداشت فردی ضعیف در افرادی که استحمام و شویو مرتب و به موقع انجام نمی دهند
- ۴- تعریق زیاد
- ۵- پوشیدن لباس تنگ

## درمان سینوس پیلونیدال

این بیماری نیاز به جراحی دارد. اگر آبسه تشکیل شده باشد ممکن است جراح بتواند با بی حسی موضعی آن را تخلیه کند. البته این روش بدون درد نخواهد بود برای جراحی ریشه کنی سینوس پیلونیدال جراح شما را در بیمارستان بستری کرده و جراحی با بیهوشی عمومی انجام میشود.

آبسه سینوس پیلونیدال بایستی در اولین فرصت درناژ (تخلیه) شود که اکثرا زخم باز میماند و توصیه میشود روزانه ۲-۱ بار شستشو با نرمال سالین انجام شده و با گاز تمیز داخل آن پانسمان شود. تا به تدریج زخم بسته شود.

گاهها ممکن است جراح پس از ریشه کنی سینوس پیلونیدال زخم را کاملا بسته باشد. در این صورت فقط لازم است تا چند روز پس از عمل زخم پانسمان شود و مراقبت دیگری لازم نیست. اگر زخم باز باشد لازم است تا یک هفته پس از عمل روزی ۳-۲ بار شستشو و پانسمان شود این کار ممکن است تا حدودی درد ناک باشد. زخم باید همیشه تمیز بوده و فاقد ترشحات آلوده و بد بو باشد. شستشو و پانسمان تا ترمیم کامل زخم ادامه می یابد.

در روش جراحی که زخم کامل بسته میشود. شما میتوانید روز پس از عمل حمام کنید. اگر زخم باز است آن را با آب جاری بشویید ولی شامپو یا صابون روی آن نزنید. میتوانید با یک ابر نرم آغشته به شامپو بچه رقیق شده. یا ملایمت زخم را بشویید. البته دقت کنید زخم به خون نیافتد. زیرا ممکن است خونریزی به زحمت بند بیاید. پس از خارج شدن از حمام شستشو. پانسمان را به روش استریل انجام دهید تا زمانی که زخم کاملا ترمیم نشده است استخر نروید.

فعالیت جنسی منعی ندارد. به شرط اینکه پاکیزگی و بهداشت زخم رعایت گردد. تا وقتی که زخم کاملا بسته نشده، هنگام نشستن یک حلقه بازی یا بالشتک نرم زیر محل زخم قرار دهید. تا از فشار مستقیم بر روی زخم خودداری شود. فشار طولانی مدت روی زخم باعث اختلال در خونرسانی به آن شده و ترمیم زخم را به تاخیر می اندازد.

توجه کنید زخم بایستی از عمق پر شود به همین منظور در صورتی که زخم باز باشد توصیه میشود که قسمتی از گاز تمیز داخل زخم گذاشته شود. اگر لبه های زخم به هم نزدیک شده باشد. ولی عمق زخم پر نشده باشد زیر

پوست فضای خالی تشکیل میشود. احتمال دارد ترشحات در این فضا جمع شده و مجددا عفونت و آبسه ایجاد گردد. اگر به این وضعیت شک دارید فوراً به جراح مراجعه کنید.

مدت استراحت در منزل پس از تخلیه آبسه همیشه کوتاهتر از جراحی برداشتن کامل سینوس پیلونیدال است. توصیه میشود ۷-۵ روز پس از عمل از انجام فعالیت شدید خودداری کنید.

ولی انجام کار های روز مره اشکالی ندارد. زخم باز پس از جراحی سینوس پیلونیدال چند هفته طول میکشد تا ترمیم شود. تغذیه کافی و مراقبت از زخم مهمترین عواملی هستند که باعث تسریع در ترمیم زخم میگردد.

راه رفتن زیاد پس از عمل جراحی امکان عود بیماری را افزایش میدهد. از پیاده روی زیاد تا ۱۵ روز پس از عمل اجتناب کنید. حتما دوره آنتی بیوتیک را کامل کنید. بخصوص هنگامی که به علت آبسه سینوس پیلونیدال تحت عمل جراحی قرار گرفته اید.

مصرف مرکبات و میوه های قرمز و زرد رنگ که غنی از ویتامین سی و ای هستند همراه با مصرف مواد پروتئینی گوشت مرغ و ماهی بدون پوست بدون چربی و نیز غلات و حبوبات در تسریع بهبودی زخم بسیار موثر است.

