



❖ در صورت مشاهده علائم زیر حتما به اورژانس و یا پزشک مراجعه کنید :

تنگی نفس & خستگی ، گیجی و سنکوپ & وجود درد شدید در محل پیس میکر & درد قفسه سینه & تب بیشتر از ۳۸ درجه ، تورم ، گرمی، ترشح از محل باطری & سرگیجه و سبکی سر & آژیر زدن یا شوک دادن باطری

❖ مراجعات بعدی :

در صورت داشتن بخیه معمولا ۱۰ تا ۱۴ روز بعد زخم ناحیه عمل و خارج کردن بخیه ها توسط پزشک معالج و به صورت سرپایی انجام می شود.

❖ تغذیه و رژیم غذایی :

غذا را در وعده های بیشتر و با حجم کمتر مصرف کنید. & رژیم غذایی کم نمک و کم چرب داشته باشید & از مصرف مواد محرک مانند قهوه، مواد حاوی کافئین، الکل و نوشیدنی گازدار خودداری نمایید .

❖ پوزیشن ، محدوده ، میزان و شروع فعالیت فیزیکی و وسایل کمک حرکتی :

پیاده روی به صورت منظم و روزانه داشته باشید و در صورت کوتاه شدن تنفس ، درد قفسه سینه ، سرگیجه ، سبکی سر فعالیت بدنی و پیاده روی را متوقف کنید & رانندگی در صورت نداشتن سرگیجه بلامانع است & از انجام فعالیت شدید بدنی و ورزش های رقابتی و فعالیتهایی مثل شنا کردن ، قایق سواری و بالا رفتن از نردبان و کوهنوردی به تنهایی جلوگیری کنید & بازوی طرف تعبیه پیس را تا ۲۴ ساعت بعد از عمل حرکت ندهید & دست سمتی که باطری گذاشته شده است به مدت ۲ هفته از شانه بالاتر نبرید و حرکت کششی انجام ندهید & در ۳ ماه اول دست و شانه را کمتر از حد معمول حرکت دهید & از بلند کردن اجسام سنگین تر از ۵ کیلوگرم حداقل به مدت ۲ هفته ، رانندگی ۴ هفته و مسافرت به مدت ۳ ماه خودداری کنید & فعالیت جنسی بعد از ۲ هفته و در صورت تحمل بلامانع است & فعالیت شغلی با مشورت پزشک شروع نمایید.

❖ سایر موارد خودمراقبتی :

بطور منظم نبض و فشار خون خود را کنترل کنید. (۵ دقیقه قبل از گرفتن نبض استراحت داشته باشید ، یک دست را باز کنید، به طوری که کف آن رو به بالا باشد ، انگشت اشاره و میانی دست دیگران را روی برآمدگی ساعد روی مچ دست و در انتهای انگشت شست قرار دهید زمانی که ضربان زدن را احساس کردید ، تعداد نبض به مدت یک دقیقه را بشمارید.) & تعویض پانسمان ناحیه عمل را در شرایط استریل و یک روز در میان تا ۱۰ روز تعویض نمایید. (وسایل مورد نیاز پانسمان : گاز و دستکش استریل-بتادین-سرم شستشو-چسب) & از پوشیدن لباس تنگ و وارد کردن فشار و ضربه به محل باطری خودداری کنید & انجام ام آر آی ممنوع می باشد & از تماس با وسایل الکتریکی که میدان مغناطیسی قوی دارند مانند جوشکاری، نزدیکی طولانی مدت با دزدگیر، ردیاب فلزی و پرهیز نمایید & ۷ تا ۱۰ روز بعد از عمل می توانید حمام کنید (محل تعبیه پیس میکر خشک نگه داشته و از خیس شدن محل خودداری کنید) & کارت دستگاه شامل مدل ضربان ساز، تاریخ گذاشتن ، اسم بیمارستانی که در آن ضربان ساز گذاشته شده و نام جراح در آن قید شده باشد ، به همراه داشته باشید & بهتر است در هنگام استفاده از گوشی تلفن همراه از گوش سمت مقابل باطری استفاده نمایید & موبایل روشن را دست کم ۱۵ سانتیمتر دورتر از ضربان ساز بگیرید .

تهیه و تنظیم : واحد آموزش به بیمار با همکاری بخش CCUEP

تایید کننده : دکتر مهدی نعمتی - متخصص قلب و عروق - فلوشیپ الکتروفیزیولوژی

رفرنس : پرستاری داخلی-جراحی برونر سوارث جلد ۵ قلب و عروق ۲۰۲۲

اینترنت -سایت پرستاران توانمند ایران و سایت آموزش مددجو