

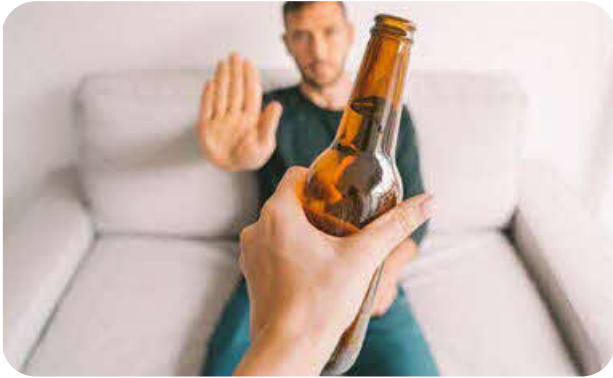
Panduan untuk Pesakit dan Keluarga

# Arahan Selepas Berkhatan

Arahan ini memberikan maklumat umum dan nasihat mengenai penjagaan selepas pembedahan anda. Garis panduan ini tidak menyeluruh dan mengambil langkah berjaga-jaga ini boleh membantu mengurangkan risiko dan komplikasi.



## Penjagaan dan Pengurusan



### Arahan Selepas Anestetik

Anda dinasihatkan untuk TIDAK melakukan aktiviti berikut dalam tempoh 24 jam selepas bius/ pembedahan:

- Memandu kenderaan atau mengendalikan sebarang jentera atau alatan berbahaya.
- Laksanakan sebarang tugas yang memerlukan kemahiran, penyelarasan atau pertimbangan, contoh. transaksi kewangan, dokumentasi undang-undang, pengeluaran ATM, dan sebagainya.
- Minum alkohol atau mengambil ubat seperti pil tidur, penenang, dan lain lagi.



### Posisi

- Anda boleh berbaring dalam mana-mana kedudukan yang selesa. Walau bagaimanapun, anda harus mengelakkan tekanan pada kawasan yang dikendalikan.



### Ubat

- Ambil ubat anda seperti yang ditetapkan untuk melegakan kesakitan.



### Aktiviti

- Elakkan aktiviti fizikal yang berat, contoh. berjoging, tai-chi, berenang atau badminton.
- Apabila memilih objek dari lantai, lakukan dengan membengkokkan lutut anda sambil memastikan belakang anda lurus.
- Elakkan membongkok, membongkok, melatih, mengangkat atau membawa objek berat.



### Diet

- Anda tidak perlu menyekat diet anda.
- Ambil banyak serat, contoh. sayur-sayuran dan buah-buahan untuk mengelakkan sembelit.



### Penjagaan Di Rumah

- Pakai pakaian selesa yang longgar.
- Minum banyak air.
- Anda boleh mandi keesokan harinya dan tanggalkan pembalut.
- Berpakaian juga mungkin tercicir dengan sendirinya sebelum keesokan harinya.
- Anda boleh sapukan semula kain kasa bersih di sekeliling luka jika perlu.
- Basuh luka dengan larutan garam, dan biarkan luka kering dan bersih.



- Kudis mungkin terdapat di sekeliling luka; ia akan hilang dengan sendirinya dalam masa 10 hari hingga 3 minggu.
- Jahitan akan larut dengan sendirinya dan biasanya tidak perlu ditanggalkan.



### Lantikan Susulan

- Ingat untuk mengekalkan temujanji anda dengan doktor kerana penjagaan susulan adalah penting.

Apa yang anda perlu lakukan dalam kecemasan?

Sila dapatkan bantuan perubatan jika anda mengalami perkara berikut:

- Kesakitan yang ketara, tidak lega oleh ubat-ubatan.
- Loya dan muntah yang berlebihan dan tidak dapat mengekalkan air.
- Pendarahan atau bengkak yang berlebihan sekeliling zakar.
- Tidak boleh membuang air kecil 12 jam selepas pembedahan.
- Rasa mengantuk yang tidak dijangka.
- Kelemahan luar biasa anggota badan.