



أذن، أنف، حنجرة وجراحة قاعدة الجمجمة · مستشفى طيبة، أسيوط

قائمة التحضير والتثقيف قبل استئصال اللوزتين للبالغين

تحت إشراف الأستاذ الدكتور مصطفى عمر — استشاري ومحاضر أذن وأنف وحنجرة وجراحة قاعدة الجمجمة، مستشفى طيبة، أسيوط

الهدف من هذه القائمة مساعدتك على الاستعداد الجيد ليوم الجراحة. يُرجى مراجعة كل بند بعناية، والتواصل مع العيادة عند وجود أي استفسار.

أولاً: التقييم والفحوصات التي يجب إتمامها قبل موعد الجراحة

- ☐ إجراء الكشف الإكلينيكي الكامل لدى الأستاذ الدكتور مصطفى عمر وتأكيد دواعي استئصال اللوزتين.
- ☐ إبلاغ الطبيب بتاريخك المرضي الكامل، بما في ذلك أي نوبات سابقة لخراج حول اللوزة أو مشكلات في التئثر.
- ☐ إبلاغ الطبيب بجميع الأدوية التي تتناولها حالياً، وبخاصة مميعات الدم أو الأسبرين أو أي مكملات قد تؤثر على التئثر.
- ☐ الإفصاح عن أي حساسية دوائية معروفة.
- ☐ مناقشة أي مخاوف أو أسئلة لديك بخصوص الجراحة قبل موعدها بوقت كافٍ.

ثانياً: الفحوصات والاستعدادات الطبية العامة

- ☐ إجراء تحاليل الدم الأساسية المطلوبة قبل الجراحة (بما في ذلك صورة الدم ووظائف التئثر) وفق ما يحدده الفريق الطبي.
- ☐ إجراء تقييم التخدير (كشف التخدير) قبل موعد العملية.

☐ إخبار الفريق الطبي بأي أمراض مزمنة (مثل السكري أو ارتفاع ضغط الدم أو أمراض القلب) لضبطها قبل الجراحة.

☐ الترتيب لوجود شخص مرافق يقلك من المستشفى بعد الجراحة، حيث لا يجوز قيادة السيارة بنفسك في نفس اليوم.

☐ تجهيز إجازة العمل مسبقًا مع جهة عملك، مع الأخذ في الاعتبار أن فترة التوقف عن العمل تتراوح غالبًا بين 10 و14 يومًا تقريبًا.

☐ التوقف عن التدخين قبل الجراحة قدر الإمكان، لما له من أثر إيجابي على سرعة الالتئام بعدها.

ثالثًا: الصيام قبل التخدير

☐ الالتزام الدقيق بتعليمات الصيام عن الطعام والشراب التي يحددها فريق التخدير قبل موعد الجراحة مباشرة.

☐ عدم تناول أي طعام أو شراب (بما في ذلك الماء) خلال الفترة المحددة من فريق التخدير قبل موعد العملية.

☐ الاستفسار بشكل خاص عن كيفية التعامل مع الأدوية المعتادة التي قد تحتاج لتناولها بجرعة ماء بسيطة في صباح يوم الجراحة، وفق تعليمات الطبيب.

رابعًا: الاستعداد في يوم الجراحة

☐ الحضور إلى المستشفى في الموعد المحدد بالضبط.

☐ ارتداء ملابس مريحة وفضفاضة.

☐ عدم استخدام أي مستحضرات تجميل أو طلاء أظافر يوم الجراحة، لتسهيل مراقبة العلامات الحيوية أثناء العملية.

☐ إحضار جميع الأوراق والتحاليل والأشعة والتقارير الطبية ذات الصلة.

☐ إحضار قائمة محدثة بالأدوية التي تتناولها.

☐ تجهيز بعض الأطعمة الباردة الطرية والمشروبات الباردة في المنزل استعدادًا للعودة بعد الجراحة.

☐ التأكد من وجود المرافق في انتظارك وقت الخروج من المستشفى.

خامسًا: نقاط يجدر فهمها مسبقًا

من المفيد أن تعرف قبل يوم الجراحة أن الألم بعد استئصال اللوزتين لدى البالغين لا يكون بالضرورة في أعلى شدته مباشرة بعد العملية، بل يميل غالبًا إلى الازدياد تدريجيًا ليلبلغ ذروته تقريبًا بين اليوم الثالث واليوم السادس بعد الجراحة، وهذا أمر متوقع وطبيعي ولا يعني بالضرورة وجود مضاعفة، طالما أن الألم يستجيب للمسكنات الموصوفة. معرفة هذا التوقيت مسبقًا تساعدك على الاستمرار في الالتزام بجدول المسكنات وشرب السوائل بانتظام دون قلق زائد، مع البقاء منتبهاً في الوقت نفسه لعلامات النزيف التي قد تظهر في الفترة ذاتها تقريبًا، والتي تستوجب التواصل الفوري مع الفريق الطبي عند حدوثها.

سادسًا: أسئلة يُفَضَّل طرحها على الفريق الطبي

- ☐ ما هي التقنية الجراحية التي ستستخدم في حالتي تحديدًا؟
- ☐ هل ستكون الجراحة بدون مبيت أم تستلزم البقاء ليلة في المستشفى؟
- ☐ ما هو جدول المسكنات الموصى به بعد الخروج، وكيف أتصرف إذا لم يكن الألم مسيطرًا عليه؟
- ☐ متى يمكنني العودة تدريجيًا لممارسة الرياضة أو الأنشطة البدنية؟
- ☐ متى يمكنني قيادة السيارة بأمان بعد الجراحة؟
- ☐ ما هي علامات النزيف التي يجب أن أنتبه لها تحديدًا، وماذا أفعل إذا ظهرت؟
- ☐ متى يكون موعد المتابعة القادم بعد الجراحة؟

هذا المحتوى مُعد لأغراض التوعية والتثقيف الصحي العام، ولا يُغني عن الاستشارة الطبية المباشرة.
القرارات الطبية النهائية تتطلب تأكيدًا مباشرًا من الفريق الطبي المعالج.

تحت إشراف الأستاذ الدكتور مصطفى عمر

Under the supervision of Consultant Lecturer Dr. Mostafa Omar.