Your Hospital Care After Surgery

After your surgery, you will wake up in the Recovery Room. The nurse will check you often and give you pain medicine. When you are awake, you will be taken to your room if needed.

First Hours After Surgery

- Your family will be able to visit you when you are in your room.
- Your temperature, blood pressure, pulse and breathing rate will be checked often by the nursing staff.
- Your nurse will check your dressing and the drainage from your incision.
- If you are not comfortable, let your nurse know.
- Tell your nurse right away if your incision swells or bleeds, or if you feel pain, numbness or tingling in your leg or arm.
- You may have oxygen and a heart monitor in place for a few hours.
- You may have a tube to drain urine from your bladder or other tubes to drain fluids. These tubes are most often removed before you go home. If the tubes are to be left in when you go home, you will be taught how to care for them.
- An EKG, chest x-ray or blood tests may be done.
- Your doctor will talk to you about your surgery.

शल्य चिकित्सा के बाद अस्पताल में देखभाल

षल्य चिकित्सा के बाद आप रिकवरीरूम में आंखें खोलेंगे। नर्स प्रायः आपकी जांच करेगी और दर्द की दवाइयां देगी। होष में आने पर जरूरत होगी तो आपको आपके कमरे में ले जाया जायेगा।

शल्य चिकित्सा के बाद का पहला घंटा

- आपके अपने कमरे में पहुंच जाने के बाद आपका परिवार आपसे मिलने आ सकेगा।
- नर्सिंग स्टाफ थोड़ी–थोड़ी देर पर आपका तापमान, रक्तचाप, हृदय गति, स्वांस की दर जांचेगा।
- आपकी नर्स आपकी पट्टी और आपके इन्सीजन से होने वाले रिसाव को जांचेगी।
- अगर आप आराम से नहीं हैं तो अपनी नर्स को बतायें।
- अगर आपके चीरे में सूजन आ जाती है या खून बहता है या आपको दर्द होता है आप अपने पैरों में सुन्नपन या झुनझुनी महसूसस करते हैं तो अपनी नर्स को फौरन बतायें।
- आपको कुछ घंटे आक्सीजन दिया जा सकता है या हार्ट मॅानीटर लगाया जा सकता है।
- आपके मूत्राषय से पेषाब निकालने के लिए नली लगायी जा सकती है या षरीर से तरल निकालने के लिए दूसरी नलियां लगायी जा सकती हैं। प्रायः आपके घर जाने से पहले ये नलियां निकाल दी जाती हैं। अगर आपके घर जाते समय नलियां लगी रहती हैं तो आपको उनकी देख–रेख के बारे में बताया जायेगा।
- ईकेजी, छाती का एक्स–रे या खून की जांचें को जा सकती हैं।
- आपके डॅाक्टर आपको षल्य चिकित्सा के बारे में बतायेंगे।

IV (Intravenous) Fluids and Antibiotics

- You will receive fluids through an IV tube into your veins for a short time. The IV will stay in place until you are able to drink fluids well after your surgery. If you are getting medicine through the IV, you might have it in place for a longer time.
- You may receive antibiotics to prevent you from getting an infection.

Incision

- Your incision will be covered with a dressing. Your doctors and nurses will check your dressing and change it as needed. As the incision begins to heal, the dressing will get smaller.
- Your incision will be closed with sutures, staples or special tapes called steri-strips. These will be removed in 7 to 14 days on a follow-up visit to your doctor.
- Your nurse will teach you how to care for your incision.

आईवी (इंट्रावीनस) फ्लूइड्स (द्रव) और एंटीबायोटिक्स

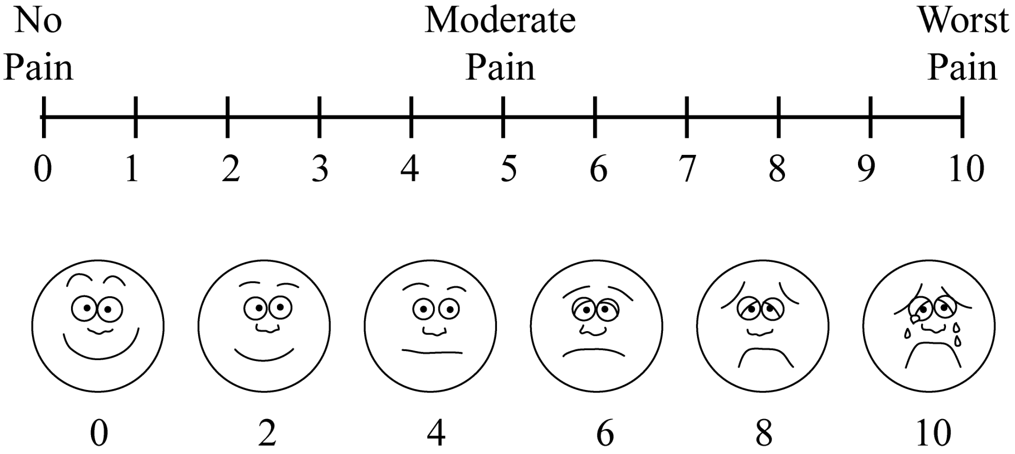
- आपको कुछ समय तक आईवी ट्यूब के जरिये तरल पदार्थ दिया जा सकता है। षल्य चिकित्सा के बाद आप जब तक अच्छी तरह तरल पेय पीने लायक नहीं हो जायेंगे आईवी लगा रहेगा। अगर आपको आईवी के जरिये दवाइयां दी जा रही है तो अपेक्षाकृत लंबे अरसे तक आपको आईवी लगा रहेगा।
- आपको संक्रमण से बचाने के लिए एंटीबायोटिक्स दी जा सकती हैं।

चीरा

- आपका चीरा पट्टी से ढंका रहेगा। आपके डाक्टर और नर्सें आपकी पट्टी की जांच करेंगे और जरूरत होने पर आपकी पट्टी बदलेंगे। जैसे–जैसे इन्सीजन भरता जायेगा, पट्टी छोटी होती जायेगी।
- आपका चीरा टांकों या स्टैपेल्स या विषेष किस्म के टेपों से ढंका रहेगा जिन्हें स्टेरीस्ट्रिप्स कहा जाता है। इन्हें 7 से 14 दिन में आपके दुबारा डाक्टर के पास जाने पर निकाला जायेगा।
- आपकी नर्स आपको बतायेगी कि चीरे की देख–भाल कैसे करनी है।

Pain Control

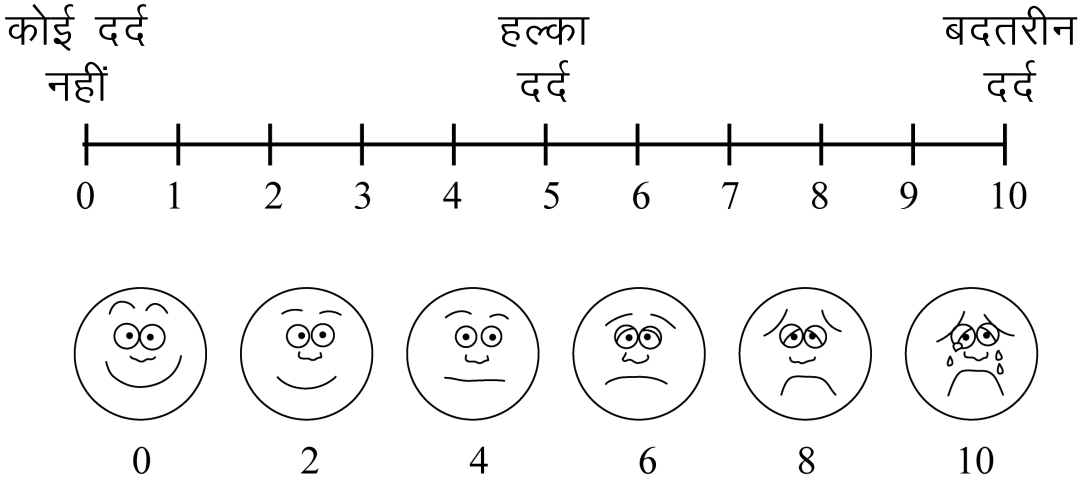
- We will try to keep you comfortable. The nurse will ask you about your level of pain on a 0 to 10 scale, with 0 being no pain and 10 being the worst pain.



- You can expect to have some pain at your incision site for several days after your surgery. You also may have some soreness in other parts of your body because of the way you were positioned during surgery.
- Your doctor will order pain medicine for you. Be sure to **let your nurse know when you have pain or need your medicine**. Ask for pain medicine before your pain gets too bad. If your pain is not managed, your recovery will take longer. It often helps to take pain medicine before activity or before the pain gets too bad. If your pain gets worse or is not controlled with medicine, tell your nurse.

दर्द नियंत्रण

- हम आपको आराम से रखने के प्रयास केरंगे। नर्स आपसे 0 से 10 के पैमाने पर आपके दर्द का स्तर पूछेगी जिस पर षून्य का अर्थ है कोई दर्द नहीं और 10 का अर्थ है असह्य दर्द।

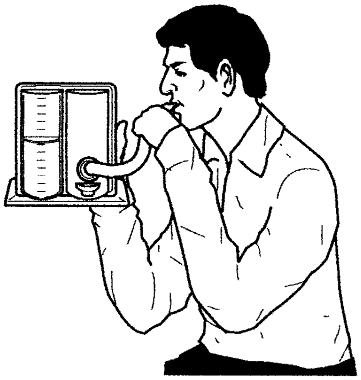


- आपको इन्सीजन वाली जगह पर षल्य चिकित्सा के बाद कई दिन तक दर्द हो सकता है। आपको षल्य क्रिया के दौरान जिस तरह रखा गया था उसकी वजह से आपके षरीर के दूसरे हिस्सों में टीस का एहसास हो सकता है।

- आपके डॉक्टर आपके लिए दर्द निवारक दवाइयों का नुस्खा देंगे। **आपको जब भी दर्द हो या दवा की जरूरत हो** आप बेझिझक **अपनी नर्स को बता दें।** इससे पहले कि आपका दर्द काफी बढ़ जाये दर्द की दवा मांग लें। अगर आपके दर्द को नियंत्रित नहीं किया गया तो आपके स्वास्थ्य लाभ में ज्यादा वक्त लगेगा। किसी गतिविधि से पहले या दर्द के काफी बढ़ जाने से पहले ही दर्द की दवा ले लेना अच्छा रहता है। अगर आपका दर्द बदतरीन हो जाता है या दवा से नियंत्रित नहीं होता तो अपनी नर्स को बतायें।

Activity

- **Do not** get up out of bed without help. Staff will tell you when it is safe to get up on your own.
- You will be helped to sit up on the side of your bed at first. Your activity will be increased to sitting up in a chair, then walking in the room, and then walking in the hallway. Each day the amount of time you are out of bed and the distance you walk should increase.
- Exercise your lungs by using an incentive spirometer to prevent problems after surgery. Coughing and deep breathing also help keep your lungs clear. Use a pillow or folded blanket across your abdomen or chest to protect any incisions there when you cough. It will let you cough better and help reduce pain. Do these exercises every 1 to 2 hours while you are awake.

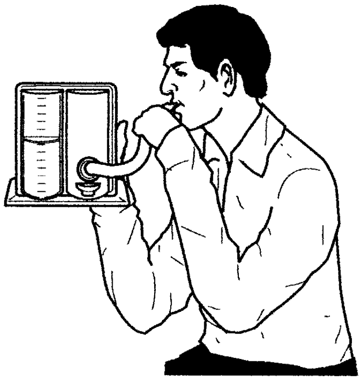


Incentive Spirometer

Coughing

गतिविधि

- बिना मदद के विस्तर से **न उठें**। अस्पताली कर्मचारी आपको बतायेंगे कि बिना सहारे के उठना कब निरापद होता है।
- पहले आपको सहारा देकर आपके विस्तर की पाटी पर बैठाया जायेगा। उसके बाद आपकी गतिविधि बढ़ कर कुर्सी पर बैठने, कमरे में टहलने, उसके बाद हॉल वे में चलने तक पहुंच जायेगी। हर दिन आपके विस्तर से बाहर रहने और चल कर जाने की दूरी बढ़ती जायेगी।
- षल्य क्रिया के बाद समस्याएं न खड़ी हों इसके लिए इन्सेंटिव स्पाइरोमीटर से अपने फेफड़ों का व्यायाम करें। खांसने और गहरी सांसें लेने से भी आपके फेफड़े साफ रहते हैं। अगर आपके उदर भाग या छाती में चीरे लगे हैं तो उनके बचाव के लिए खांसते समय तकिया या कंबल लपेट लें। इससे आप बेहतर ढंग से खांस सकेंगे और दर्द कम करने में मदद मिलेगी। जब जाग रहे हों हर घंटे– दो घंटे पर ये व्यायाम करते रहें।



इनसेंटिव स्पाइरोमीटर

खांसना

Blood Clots

Ankle Pumps

To help prevent the risk of blood clots:

- The staff will help you get out of bed and walk.
- The staff will show you how to do an exercise called ankle pumps to help move the blood in your legs. Do ankle pumps every hour while you are awake.
- You may have special stockings on your legs.
- You may be given injections of medicine in the abdomen to thin your blood.

Diet and Bowel Activity

- You may be given ice chips at first. If you do not have nausea, you will be given clear liquids then light foods. It may be a day or two after surgery before you get regular food.
- Tell the nurse if you have nausea.
- Surgery and pain medicine may cause constipation. The nurses will ask about your bowel activity. Stool softeners and laxatives may be given.

खून के थक्के

खून के थक्के जमने की आषंका से बचने में मदद के लिए:

- अस्पताल कर्मचारी विस्तर से उठ कर चलने में आपकी मदद करेंगे।
- आपके पैरों में रक्त संचार होता रहे इसके लिए अस्पताली कर्मचारी आपको टखनों के एक व्यायामके बारे में बतायेंगे जिसे ''एंकल पंप्स'' कहा जाता है। जब जाग रहे हों तो घंटे–घंटे पर एंकल पंप करें।
- आपके पैरों पर खास किस्म की जुर्राबें चढ़ी हो सकती हैं।
- आपका खून पतला करने के लिए आपके पेट में दवा की सूइयां लगायी जा सकती हैं।

एंकल पंप्स

आहार और पेट की गतिविधि

- आपको सबसे पहले बर्फ की डलियां दी जा सकती हैं। अगर आपको मितली नहीं आती तो आपको स्वच्छ तरल और उसके बाद हल्का खाना दिया जा सकता है।
- अगर आपको मितली आती है तो अपनी नर्स को बतायें।
- षल्य क्रिया और दर्द की दवाइयों के कारण आपको कोष्ठबद्धता हो सकती है. नर्सें आपसे आपके पेट की गतिविधि के बारे में पूछेंगी। मल को नरम करने वाली और दस्तावर दवाइयां दी जा सकती हैं।

Getting Ready to Go Home

- Staff will teach you about your care at home and give you written instructions.
- Family and friends are encouraged to learn about your care so they can help you at home as needed. You should have someone stay with you for 24 hours to 2 weeks after surgery based on the type of surgery you had.
- If you have no one that can stay with you, tell your doctor's office before your surgery so that you can discuss options for your care after surgery. Some patients may need a short stay in a rehab facility after leaving the hospital.

2/2008. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at **www.healthinfotranslations.org**.

घर जाने की तैयारी

- अस्पताल के कर्मचारी आपको घर पर अपनी देख–भाल के बारे में बतायेंगे और आपको लिखित निर्देष दिये जायेंगे।
- परिवार और मित्रों को आपकी देख–भाल के बारे में सीखने के लिए प्रोत्साहित किया जायेगा ताकि वे जरूरत पड़ने पर आपकी सहायता कर सकें। आपको षल्य क्रिया के बाद दो हफ्ते तक किसी को चौबीसों घंटे अपने पास रखना चाहिए। वैसे यह इस पर निर्भर करता है कि आपकी किस तरह की षल्य क्रिया हुई है।
- अगर आपके साथ रहने वाला कोई नहीं है तो षल्य क्रिया से पहले ही डाक्टर के कार्यालय को इस संबंध में बता दें ताकि आप अपने मामले में षल्य क्रिया के बाद के विकल्पों पर चर्चा कर सकें। कुछ मरीजों को षल्यक्रिया के बाद कुछ दिनों के लिए किसी पुनर्वास सुविधा में रहना पड़ सकता है।

2/2008. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at **www.healthinfotranslations.org**.