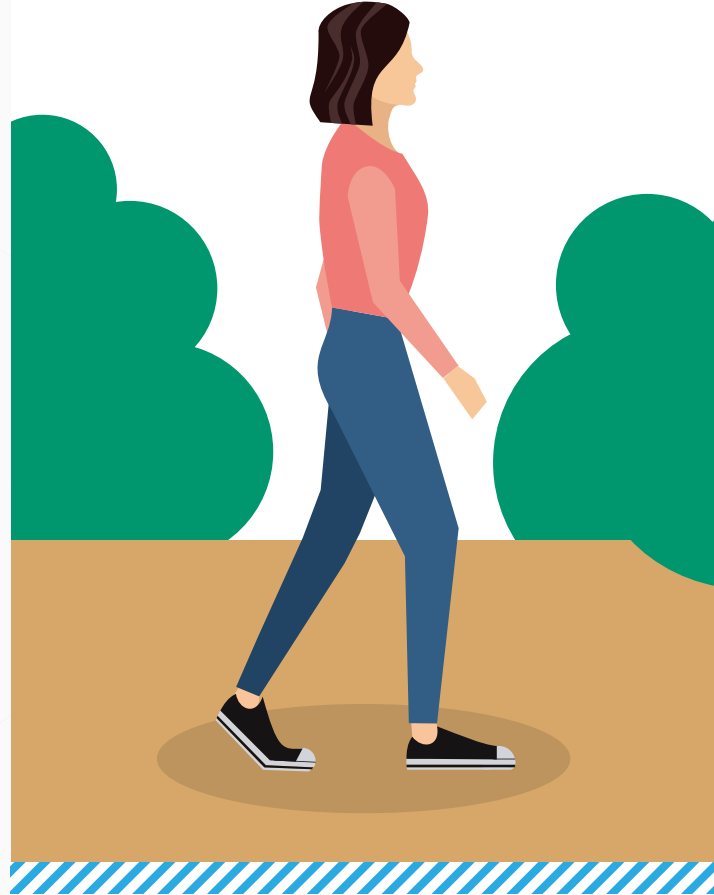


الأدوية التي تصرف بدون وصفة طبية السلامة الدوائية

- ناقش كل الأدوية والمعادن والفيتامينات والمكملات الغذائية مع الجراح أو الصيدلي قبل أن تتناولها.
- لا تتناول أكثر من الجرعة اليومية القصوى المسموح بها، ما لم تتلقَ توجيهات بغير ذلك من الطبيب.
- والجرعات اليومية القصوى لكل الأدوية مدرجة على ملصقات الزجاجات.
- أسيتامينوفين (ACETAMINOPHEN) (تايلينول® (Tylenol):
• لا تستخدمه إذا كنت مصابًا بمرض كبد.
- لا تشرب الكحول أثناء فترة تناولك أسيتامينوفين (acetaminophen).
- راجع كل الأدوية مع الصيدلي للتحقق إن كانت تحتوي على كمية إضافية من الأسيتامينوفين (acetaminophen) (مثل أدوية نزلات البرد أو السعال).
- إيبوبروفين (IBUPROFEN) (موترين® (Motrin) أو أدفيل® (Advil):
• قبل تناول إيبوبروفين (ibuprofen)، ناقش الجراح أو الصيدلي إن كنت:
◀ لك تاريخ مع قرحة المعدة أو النزيف
◀ مصابًا بحالة مرضية في القلب
◀ مصابًا باضطرابات نزفية أخرى
◀ تلقيت أدوية مسيلة (مرققة) للدم
◀ مريضًا بمرض كلوي (مرض الكلى)
• تناول إيبوبروفين (ibuprofen) مع الطعام.

تم تطوير المعلومات التي تضمها هذه النشرة بواسطة Michigan OPEN للمريض النمطي المصاب بحالتك. وهي لا تحل محل النصيحة الطبية من مقدم الرعاية الصحية الخاص بك؛ لأن تجربتك قد تختلف عن تجربة المريض النمطي. ينبغي مناقشة الأسئلة المتعلقة بهذه الوثيقة أو بحالتك أو بعلاجك مع مقدم الرعاية الصحية.

معالجة الألم بعد الجراحة



OPEN
OPIOID PRESCRIBING ENGAGEMENT NETWORK

Michigan-OPEN.org

معالجة الألم

في أول 3 أيام

بعد خضوعك للإجراء، استخدم أسيتامينوفين (acetaminophen) وإيبوبروفين (ibuprofen) معًا في المواعيد المنتظمة والمجدولة:

1000 ملجم (قرصان 500 ملجم) 600 ملجم (3 أقراص 200 ملجم)	أسيتامينوفين (acetaminophen) وإيبوبروفين (ibuprofen)	9 صباحًا
1000 ملجم (قرصان 500 ملجم) 600 ملجم (3 أقراص 200 ملجم)	أسيتامينوفين (acetaminophen) وإيبوبروفين (ibuprofen)	3 مساءً
1000 ملجم (قرصان 500 ملجم) 600 ملجم (3 أقراص 200 ملجم)	أسيتامينوفين (acetaminophen) وإيبوبروفين (ibuprofen)	9 مساءً

بعد 3 أيام

لا تتناول الأدوية إلا إذا كنت تشعر بالألم.

ويمكن أن تختار كذلك تناول أسيتامينوفين (acetaminophen) وحده أو إيبوبروفين (ibuprofen) وحده بدلًا من تناولهما معًا، عند اللزوم، في حالة الانزعاج الخفيف.

يعد الدواء جزءًا واحدًا فقط من خطة علاج الألم. دوام على استخدام الخيارات غير الدوائية للمساعدة على معالجة الألم:

الخيارات غير الدوائية



التفكير العميق الهادئ
أو التأمل يوميًا



مشاهدة التلفاز



الاستماع إلى
الموسيقى



قراءة كتاب

تتبع الخيارات المذكورة أدناه حسب توجيهات الجراح



التمشيات القصيرة
أو التمارين الخفيفة



تطبيق الضغط



الرفع



التلج

ناقش

الجراح بشأن:

- كل الأدوية التي تتناولها، بما في ذلك:
 - ◀ مضادات الاكتئاب (مثل بروزاك (Prozac®) أو سيليكسا (Celexa®))
 - ◀ المسكنات الأفيونية (مثل فيكودين (Vicodin®) أو نوركو (Norco®))
 - ◀ المهدئات (مثل أمبين (Ambien®) أو سيروكويل (Seroquel®))
 - ◀ البنزوديازيبينات (مثل فاليوم (Valium®) أو زاناكس (Xanax®)، أو كلونوبين (Klonopin®))
 - ◀ الأدوية المسكنة الأخرى التي تصرف بوصفة طبية
 - ◀ الأدوية غير القانونية
- إذا كان يمكنك تناول أدوية تُصرف بدون وصفة طبية لعلاج الألم، مثل أسيتامينوفين (acetaminophen) (تايلينول (Tylenol®)) أو إيبوبروفين (ibuprofen) (موترين (Motrin®) أو أدفيل (Advil®)) لعلاج شعورك بالألم.
- ما ينبغي لك القيام به إذا لم يُعالج الألم.

فهم

الألم بعد الخضوع لإجراء

- يُسمى الألم بعد عملية جراحية الألم الحاد. ولا يستمر الألم الحاد لفترة طويلة.
- هذا الألم الجراحي الحاد طبيعي، ويكون أكثر سوءًا عادةً في أول 1-3 أيام.
- ينبغي السيطرة بشكل جيد على الألم عن طريق جدول زمني لأدوية تصرف بدون وصفة طبية أسيتامينوفين (acetaminophen) (تايلينول (Tylenol®)) وإيبوبروفين (ibuprofen) (موترين (Motrin®) أو أدفيل (Advil®)).

إذا أصبت بألم شديد لا يمكن علاجه باستخدام المنتظم والمنجدول لكل من أسيتامينوفين (acetaminophen) وإيبوبروفين (ibuprofen)، يرجى الاتصال بالجراح.