



NAMA :
 TARIKH MASUK WAD :
 TARIKH PEMBEDAHAN :
 PEMBEDAHAN :

I/C ATAU RN :
 TARIKH DISCAJ :

HSAJB/SURG-66/VER1.0/2020

“PENJAGAAN SELEPAS PEMBEDAHAN PAYUDARA”



DIET

- Anda boleh makan diet biasa :
- Digalakkan mengambil makanan tinggi protein
cth : ikan, telur, susu, ayam, daging
 - Lebihkan buah-buahan dan sayur-sayuran
 - Kurangkan makanan berlemak dan berminyak.

- Anda boleh minum susu seperti di bawah :
- _____



PAIN

Anda akan diberikan ubat tahan sakit seperti di bawah :

- _____
- _____
- _____

Sila makan ubat tersebut mengikut masa dan ketetapan yang telah diberitahu.



AKTIVITI HARIAN

- Anda digalakkan untuk berjalan dan bergerak di rumah
- Anda boleh membawa kereta jika tiada kesakitan, mampu mengatasi situasi kecemasan dan tidak mengambil ubat narkotik
- Elakkan mengangkat tangan dan benda berat di atas paras bahu selama 2 bulan
- Elakkan merokok dan meminum alkohol.



SENAMAN LENGAN

- Jika pembedahan pembuangan kelenjar ketiak (*axillary clearance*) dilakukan, anda digalakkan melakukan senaman lengan setiap hari
- Mula 3 hari selepas pembedahan, dengan senaman lengan ringan diikuti dengan senaman yang bertahap.



PENJAGAAN “DRAIN”

- Anda akan pulang dengan “*drain A*” atau/dan “*drain B*”
- Anda perlu mengosongkan “*drain*” dan cairan pada “*drain*” disukat setiap hari
- Anda perlu menekan tombol pada “*drain*” ketika menutup botol “*drain*” untuk memastikan vakum “*drain*” berfungsi
- Kami akan melihat sukatan harian dan “*drain*” anda pada _____ di _____.



PENJAGAAN LUKA

- Digalakkan untuk mandi sekurang-kurangnya sekali sehari
- Pastikan luka atau penutup luka kering
- Penjagaan luka dan jahitan :
- Pemeriksaan luka anda adalah pada : _____ di klinik yang berdekatan (Klinik Kesihatan, Klinik 1 Malaysia, Klinik Swasta).

SILA KE HOSPITAL ATAU KLINIK BERDEKATAN JIKA :

- Luka anda sakit, bengkak dan kemerahan
- Nanah keluar dari luka
- Luka anda terbuka
- “*Drain*” anda tercabut.

TEMUJANJI

Temujanji anda di SFUC adalah pada _____ untuk melihat keadaan umum, luka dan keputusan spesimen.



Saya faham dan akan mengikutinya penjagaan seperti di atas :

HUBUNGI KAMI

- Untuk urusan kecemasan, sila ke Jabatan Kecemasan
- Untuk temujanji lebih awal, hubungi 072231666(2620/1).



Tandatangan : _____
 Nama : _____
 Hubungan dengan pesakit : _____
 Tarikh : _____