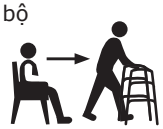
Alberta Health Services | Covenant Health

Liệu Trình Phục Hồi Gãy Xương Hông: Trước Phẫu Thuật đến Ngày thứ 7

Hip Fracture Recovery Pathway: Before Surgery to Day 7

Chăm sóc (Care)	Trước Phẫu thuật (Before Surgery)	Ngày Phẫu thuật (Day of Surgery)	Ngày 1 (Day 1)	Ngày 2 (Day 2)	Ngày 3 (Day 3)	Ngày 4–7 (Day 4–7)	Mục tiêu Ra viện (Discharge Goals)
Chất lỏng và Dinh dưỡng (Fluid and Nutrition)	→ Không ăn hoặc uống. → Có thể ăn nếu cuộc phẫu thuật của bạn bị trì hoãn → Bắt đầu truyền tĩnh mạch (IV) đối với chất lỏng và thuốc → Có thể đặt ống thông tiểu từ bàng quang	→ Ăn uống dung nạp sau phẫu thuật → Chăm sóc đường ruột 	→ Thực hiện ăn uống dung nạp → IV như yêu cầu → Ngồi ghế ăn → Rút ống thông tiểu 	→ Bắt đầu chế độ ăn uống tăng cường chất đạm và năng lượng → IV như yêu cầu → Tập luyện đường ruột như yêu cầu			
Hoạt động (Activity)	→ Nghỉ ngơi trên giường → Trợ giúp định vị → Trợ giúp chăm sóc da và miệng như yêu cầu → Luyện tập hít thở sâu theo giờ (10 lần một giờ)	→ Trợ giúp định vị và di chuyển như yêu cầu → Luyện tập hít thở sâu	→ Luyện tập hít thở sâu → Trợ giúp ra khỏi giường → Bắt đầu vật lý trị liệu cho xương khỏe và đi bộ 	→ Luyện tập hít thở sâu → Vật lý trị liệu → Tự làm vệ sinh theo khả năng → Xem xét di chuyển, vận động an toàn, thiết bị, và giày dép	→ Luyện tập hít thở sâu → Đi bộ và tập thể dục → Mặc quần áo và tự làm vệ sinh theo khả năng → Vật lý trị liệu bằng vận động như yêu cầu	→ Luyện tập hít thở sâu → Tăng cường đi bộ và tính độc lập 	
Điều trị (Treatment)	→ Gặp chuyên gia như yêu cầu → Thử máu, chụp x-quang, điện tim	→ Phẫu thuật	→ Thử máu → Chuyên gia theo dõi như yêu cầu → Chườm đá tại vết mổ như yêu cầu	→ Có thể thay/cởi quần áo			→ Xem xét các kiểm tra theo dõi và cuộc hẹn → Xem xét cách thức chăm sóc vết mổ
Thuốc (Medication)	→ IV → Thuốc giảm đau → Bắt đầu dùng thuốc kháng sinh 	→ IV → Thuốc giảm đau → Thuốc kháng sinh → Thuốc làm loãng máu → Tái sử dụng thuốc định kỳ	→ IV và các thuốc định kỳ → Thuốc làm loãng máu → Thuốc kháng sinh → Thuốc giảm đau như yêu cầu → Canxi và vitamin D 	→ Thuốc định kỳ → Thuốc giảm đau như yêu cầu → Thuốc làm loãng máu → Canxi và vitamin D		→ Thuốc tri chứng loãng xương và luyện tập như yêu cầu	→ Xem xét thuốc

Alberta Health Services | Covenant Health

Liệu Trình Phục Hồi Gãy Xương Hông: Trước Phẫu Thuật đến Ngày thứ 7

Hip Fracture Recovery Pathway: Before Surgery to Day 7

Chăm sóc (Care)	Trước Phẫu thuật (Before Surgery)	Ngày Phẫu thuật (Day of Surgery)	Ngày 1 (Day 1)	Ngày 2 (Day 2)	Ngày 3 (Day 3)	Ngày 4–7 (Day 4–7)	Mục tiêu Ra viện (Discharge Goals)
Kế hoạch Ra viện (Discharge Plan)	→ Nói chuyện về nhu cầu ra viện của bạn (ví dụ như, thiết bị và các vật dụng) → Nói chuyện về Các Chỉ dẫn Cá nhân → Nói chuyện về các lựa chọn địa điểm thích hợp nhất cho việc phục hồi của bạn (ví dụ như, nhà, bệnh viện địa phương, trung tâm phục hồi chức năng) → Trao đổi với nhóm Dịch Vụ Liên Lạc về Gãy Xương (FLS) về sức khỏe xương của quý vị	→ Cập nhật về gia đình/người liên lạc sau phẫu thuật	→ Tìm hiểu về thuốc làm loãng máu → Học cách: • di chuyển an toàn • phòng tránh ngã → Xem xét các mục tiêu và lựa chọn ra viện	→ Xem xét kế hoạch ra viện của bạn với nhóm chăm sóc, bao gồm địa điểm và các dịch vụ mà bạn cần 	→ Xem xét: • kế hoạch ra viện và các mục tiêu • thiết bị • các dịch vụ cần thiết 	→ Đi đến địa điểm dự định cho việc hồi phục diễn ra	→ Hỗ trợ và giám sát chăm sóc tại gia như yêu cầu. → Bạn hiểu rõ các chỉ dẫn ra viện của mình. → Bạn biết • cách thức thực hiện tập thể dục • bạn cần thiết bị gì • các dấu hiện nhiễm trùng • khi nào cần gọi cho gia đình bác sĩ hoặc bác sĩ phẫu thuật