



## Giáo Dục Bệnh Nhân

Khoa Gây Mê Hồi Sức UWMC

# Phục Hồi Ở Nhà Sau Khi Bị Gây Mê/Gây Mê

Bản in này cung cấp hướng dẫn hoạt động mà quý vị nên làm theo sau khi gây mê/gây mê. Bản này cũng giải thích các phản ứng phụ thường gặp sau khi bị gây mê/gây mê và giải phẫu và khi nào quý vị nên gọi để được giúp đỡ.

**Nếu quý vị có bất cứ một trong những triệu chứng này, xin hãy gọi số 9-1-1 ngay lập tức:**

- Bị khó thở
- Nặng ngực hoặc có cảm giác bị dồn nén ở ngực
- Tình trạng tâm thần thay đổi (cảm giác lẫn lộn) hoặc không thể nói năng như thường
- Vết mặt thay đổi
- Cảm thấy yếu đuối hoặc bị mất cảm giác ở một chỗ khác trên người

### Điều Dự Kiến Sẽ Xảy Ra

Quý vị sẽ phục hồi tại nhà. Quý vị có thể cảm thấy buồn ngủ và có các phản ứng phụ nhẹ sau khi quý vị có một thủ thuật hoặc giải phẫu có dùng thuốc gây mê/gây mê. Các phản ứng phụ này gồm có:

- Đau họng
- Nhức cơ bắp
- Buồn nôn
- Nhức đầu
- Bị choáng váng lúc có lúc không
- Nôn mửa (hiếm có)

Vài triệu chứng trong những triệu chứng này có thể là do thuốc giảm đau mà quý vị dùng. Các phản ứng phụ từ thuốc gây mê/gây mê thường khởi trong vài giờ sau cuộc thủ thuật của quý vị. Dù vậy, cơ thể của quý vị có thể cần vài ngày để phục hồi từ sự căng thẳng của cuộc giải phẫu và từ thuốc gây mê/gây mê.

Nếu quý vị đã dùng loại thuốc gây mê “chặn ở dây thần kinh” ở cánh tay, chân, cổ chân, hoặc bất cứ chỗ nào khác, người ta sẽ cho quý vị biết khi nào sự mất cảm giác sẽ hết và khi nào nên bắt đầu uống thuốc giảm đau. Hãy cẩn thận khi quý vị sử dụng hoặc cử động phần cơ thể bị tê của quý vị. Trong lúc bị tê, bộ phận đó có thể không có nhiều cảm giác hoặc không được mạnh như lúc bình thường.

Nếu quý vị cảm thấy buồn nôn, chỉ nên uống các loại nước màu trong cho đến khi hết bị buồn nôn. Xin gọi cho bác sĩ quý vị nếu chứng buồn nôn không khỏi.

### Về Nhà

Quý vị phải có một người chịu trách nhiệm đưa quý vị về nhà. Lái xe trong tình trạng sức khỏe yếu kém dưới bất cứ hình thức nào cũng vi phạm luật pháp. Hãy bảo vệ bản thân và những người khác bằng cách thu xếp một người đi theo hoặc một người lái xe trước khi giải phẫu. Nếu quý vị có thắc mắc về quy định này, xin gọi điện thoại cho chuyên viên chăm sóc của quý vị.

### Thuốc

Đừng dùng bất cứ thuốc gì trừ phi các thuốc đó được bác sĩ quý vị cho toa hoặc được bác sĩ chấp thuận. Thông thường, quý vị sẽ có thể bắt đầu dùng thuốc thường lệ ngay. Nếu quý vị có thắc mắc, xin vui lòng hỏi vị bác sĩ đã cho toa các thuốc đó.

UW Medicine

UNIVERSITY OF WASHINGTON  
MEDICAL CENTER



## Có thắc mắc?

Các thắc mắc của quý vị đều quan trọng. Xin gọi cho bác sĩ hoặc người cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị nếu quý vị có thắc mắc hoặc quan tâm. Ban nhân viên y viện UWMC cũng có mặt để giúp đỡ.

### Đối với các thắc mắc liên quan đến gây mê/gây tê:

Xin gọi Khoa Gây Mê/Gây Tê ở 206-598-4260, các ngày trong tuần từ 7:30 giờ sáng đến 4:30 giờ chiều.

### Vào các ngày lễ, cuối tuần và sau giờ làm việc:

Xin gọi 206-598-6190 và yêu cầu họ gọi máy nhắn tin cho Bác Sĩ Thực Tập Khoa Gây Mê/Gây Tê.

### Đối với các thắc mắc về cuộc thủ thuật hoặc thuốc men của quý vị:

Xin gọi cho bác sĩ quý vị:

Bác sĩ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Điều Nên Làm và Không Nên Làm

Quý vị đã được gây tê tổng quát hoặc từng vùng, hoặc tại chỗ bằng thuốc giảm đau được tiêm vào *tĩnh mạch* (IV). Xin làm theo những chỉ dẫn này tối thiểu 24 giờ, hoặc trong lúc quý vị đang dùng thuốc gây mê để giảm đau:

### ĐỪNG:

- Lái xe hoặc sử dụng máy móc
- Uống rượu
- Có những quyết định quan trọng về pháp lý hoặc cá nhân
- Chịu trách nhiệm chăm sóc người khác

### Nên:

- Nghỉ ngơi ở nhà một ngày
- Có một người lớn ở với quý vị
- Uống chất lỏng trước, rồi từ từ ăn uống trở lại bình thường
- Sắp xếp cho có người chăm sóc con em của quý vị hoặc những người mà quý vị có trách nhiệm chăm sóc, ít nhất là trong ngày quý vị giải phẫu
- Di chuyển cẩn thận trong khi quý vị dùng thuốc giảm đau có chất gây mê (quý vị có thể cảm thấy choáng váng nếu quý vị di chuyển đột ngột)
- Giữ bất cứ phần tứ chi nào bị mất cảm giác tránh xa sức ép, nóng, lạnh, hoặc bất cứ điều gì khác có thể gây nguy hại cho chúng

## Bí Tiểu

(không tiểu được) có thể xảy ra sau một vài thủ thuật. Nếu quý vị không tiểu được trong vòng 8 giờ đồng hồ kể từ khi quý vị trở về nhà sau khi giải phẫu, hoặc nếu bọng đái bị đau và có cảm giác đầy, xin hãy gọi bác sĩ quý vị. Để cho bọng đái quá đầy có thể gây ra các vấn đề nghiêm trọng. Quý vị có thể cần phải đến phòng cấp cứu để được điều trị.

## Sau Khi Được Gây Tê Qua Cột Sống và Qua Màng Cứng Của Cột Sống

- Quyên vò coù theỏ bỏ ñầu nhòuc nheỏ ôu thaỏt lõng sau khi coù gaỏy teỏ qua coỏt soỏng hoỏc qua maỏng coỏng cuỏa coỏt soỏng.
- Trong trường hợp hiếm hoi, bệnh nhân bị nhức đầu khi họ ngồi hoặc đứng, nhưng cơn nhức đầu giảm đi hoặc khỏi hẳn khi bệnh nhân nằm xuống. Nếu quý vị bị nhức đầu như vậy, xin gọi đến một trong những số điện thoại liệt kê bên trái. Chuyên viên gây mê sẽ thẩm định các triệu chứng của quý vị và đề nghị biện pháp điều trị khi cần thiết.

UW Medicine

UNIVERSITY OF WASHINGTON  
MEDICAL CENTER



SEATTLE  
CANCER CARE  
ALLIANCE

UWMC Anesthesiology

Box 356540

1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195

206-598-4260

© University of Washington Medical Center  
Recovering at Home After Anesthesia  
Vietnamese

Published 04/2010, 09/2010, 12/2011  
Clinician Review 12/2011

Reprints on Health Online: <http://healthonline.washington.edu>



# Recovering at Home After Anesthesia

This handout gives activity guidelines to follow after anesthesia. It also explains what side effects are normal after anesthesia and when you should call for help.

If you have any of these symptoms, call 9-1-1 right away:

- Difficulty breathing
- Chest pressure or heaviness
- A change in your mental status (feeling confused) or being unable to speak normally
- A change in your facial expressions
- New weakness or numbness

## What to Expect

You will finish your recovery at home. You may feel drowsy and have minor side effects after your procedure or surgery with anesthesia. These side effects include:

- Sore throat
- Headache
- Muscle aches
- Dizziness off and on
- Nausea
- Vomiting (rarely)

Some of these symptoms may be from the pain medicine you are taking. The side effects from anesthesia usually go away quickly in the hours after your procedure. Still, it may take several days for your body to recover from the stress of surgery and anesthesia.

If you received a “nerve block” type of anesthesia in your arm, leg, ankle, or anywhere else, you will be told when the numbness should wear off and when to start your oral pain medicine. Be careful with how you use and move the numb part of your body. While it is numb, it may not have as much feeling or be as strong as it normally is.

If you feel nauseated, drink only clear liquids until the nausea passes. Call your doctor if your nausea does not go away.

## Getting Home

**You must have a responsible person take you home.** It is against the law to drive if you are impaired in any way. Protect yourself and others by making arrangements for an escort or driver before your procedure. If you have any questions about this policy, please call your provider.

## Medicines

**Do not take any medicines unless they were prescribed or approved by your doctor.** Normally, you will be able to start taking your usual medicines right away. If you have questions, please ask the doctor who prescribed your medicines.

## Questions?

Your questions are important. Call your doctor or health care provider if you have questions or concerns. UWMC clinic staff are also available to help.

**For questions about your anesthetic care:** Call Anesthesiology at 206-598-4260, weekdays 7:30 a.m. to 4:30 p.m.

**After hours and on weekends and holidays:** Call 206-598-6190 and ask for the Anesthesia Resident on call to be paged.

**For questions about your procedure or medicines:** Call your doctor:

Dr. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## What to Do and Not Do

You have had general or regional anesthesia, or local anesthesia with *intravenous* (IV) sedation. Follow these instructions for at least 24 hours, or for as long as you are taking narcotic pain medicines:

### Do NOT:

- Drive a car or use machinery
- Drink alcohol
- Make important legal or personal decisions
- Be responsible for the care of another person

### Do:

- Stay home for the day and rest
- Have an adult stay with you
- Drink liquids at first, then progress slowly to your usual diet
- Arrange for someone to care for your children or others you are responsible for, at least for the day of your surgery
- Move carefully while you are taking narcotic pain medicine (you may feel dizzy if you make sudden moves)
- Protect any numb limbs from pressure, heat, cold, or anything else that could harm them

## Urinary Retention

*Urinary retention* (not being able to urinate) may occur after some procedures. If you are unable to urinate within 8 hours of going home after your procedure, or if your bladder feels painful and full, call your doctor. Allowing your bladder to get too full can cause serious problems. You may need to go to the emergency room for treatment.

## After Spinal and Epidural Anesthesia

- You may have mild lower back pain after spinal or epidural anesthesia.
- Rarely, patients develop a headache that is present when they are upright, but decreases or disappears when they lie down. If you have a headache like this, call one of the numbers shown on the left. Anesthesia staff will assess your symptoms and recommend treatment as needed.

UW Medicine

UNIVERSITY OF WASHINGTON  
MEDICAL CENTER



UWMC Anesthesiology

Box 356540

1959 N.E. Pacific St. Seattle, WA 98195  
206-598-4260

© University of Washington Medical Center  
Published 04/2010, 09/2010, 12/2011  
Clinician Review 12/2011

Reprints on Health Online: <http://healthonline.washington.edu>