UW Medicine
SPORTS, SPINE & ORTHOPEDIC HEALTH
SPORTS MEDICINE CENTER

Trước và sau khi thủ thuật của quý vị

Tại Trung tâm Y học Thể thao tại Harborview

Thủ thuật: _____

Vui lòng làm theo tất cả các hướng dẫn được đánh dấu dưới đây.



Hãy đến sớm, theo như giờ đã được đánh dấu kế bên.

Đến trước cuộc thủ thuật của quý vị:

- ❑ 15 phút
- ❑ 45 phút
- ❑ 1 tiếng – để lấy máu hoặc bắt đầu đặt ống vào *đường truyền tĩnh mạch* của quý vị

Tài xế hoặc người hộ tống:

- ❑ Quý vị phải có một tài xế để đưa quý vị đến phòng khám và đưa quý vị về nhà.
- ❑ Có một tài xế là tùy chọn. Nếu quý vị tự lái xe, quý vị sẽ cần đợi 15 đến 30 phút sau cuộc thủ thuật trước khi lái xe.
- ❑ Người hộ tống của quý vị có thể chở quý vị trong một chiếc xe hơi, hoặc quý vị có thể đi cùng nhau trên xe buýt, taxi, xe đưa đón hoặc phương tiện giao thông công cộng khác.

Ăn và uống:

- ❑ Quý vị có thể ăn và uống như thường lệ.
- ❑ **Đừng** ăn hoặc uống bất cứ thứ gì trong 6 tiếng trước khi làm thủ thuật.

Đường huyết:

- ❑ Kiểm tra lượng đường trong máu vào buổi sáng ngày thủ thuật. Tránh ăn hoặc uống đường đơn trong ngày làm thủ thuật.
- ❑ Chúng tôi có thể kiểm tra lượng đường trong máu của quý vị vào ngày thủ thuật.

Thuốc và vắc-xin:

- ❑ Dùng thuốc huyết áp hoặc thuốc trị tiểu đường theo toa.
- ❑ Mang theo ống hít, _____, với quý vị.
- ❑ Ngừng uống vitamin và các sản phẩm thảo dược 7 ngày trước khi làm thủ thuật.
- ❑ Ngừng dùng thuốc chống viêm của quý vị, _____, ___ ngày trước khi làm thủ thuật.
- ❑ Chúng tôi sẽ gọi cho quý vị để giải thích cách quản lý thuốc làm loãng máu sau khi chúng tôi nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc chính của quý vị.

- ❑ Nếu quý vị đang dùng thuốc điều trị HIV, chúng tôi sẽ gọi cho nhà cung cấp ngươ`i đã kê đơn thuốc của quý vị để đảm bảo an toàn cho quý vị để làm thủ thuật.
- ❑ Nếu Bác sĩ bảo quý vị dùng thuốc chống lo âu, hãy dùng thuốc trước khi làm thủ thuật. (Nếu quý vị dùng thuốc này, quý vị **phải** có tài xế để đưa quý vị đến phòng khám và đưa quý vị về nhà.)
- ❑ Nếu quý vị bắt đầu dùng thuốc trụ sinh hoặc bị sốt, hãy gọi cho phòng khám để làm hẹn lại cho cuộc thủ thuật.
- ❑ **Đư`ng** chích vắc-xin trong 2 tuần trước hoặc 2 tuần sau khi làm thủ thuật.

Điê`u khác:

- ❑ Chúng tôi có thể đặt một đường truyền tĩnh mạch vào tĩnh mạch cánh tay của quý vị.

Sau cuộc thủ thuật của quý vị

Trừ khi nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc của quý vị cung cấp cho quý vị các hướng dẫn khác:

- Quý vị có thể thực hiện các hoạt động thường ngày của quý vị vào ngày sau khi làm thủ thuật.
- Quý vị có thể tắm.
- **Đư`ng** tắm bô`n, bơi hoặc ngồi trong bồn nước nóng trong 48 tiê´ng.
- **Đư`ng** sử dụng nhiệt trực tiếp hoặc sử dụng miếng đệm sưởi ấm trên chổ làm thủ thuật trong 48 tiê´ng.
- Quý vị có thể trở lại làm việc vào ngày sau khi làm thủ thuật, trừ khi quý vị có việc làm liên quan đến lao động chân tay. Hãy nói chuyện với nhà cung cấp của quý vị về điều này.
- Tránh tập vật lý trị liệu hoặc tập thể dục cường độ cao trong 3 đến 7 ngày. Hãy hỏi nhà cung cấp của quý vị khi nào sẽ ổn để quý vị tiếp tục tập thể dục.
- Một ngày sau khi làm thủ tục, hãy tiếp tục dùng thuốc quý vị đã dừng.
- Hãy lưu ý rằng các triệu chứng của quý vị có thể trở nên tệ hơn trước khi chúng trở nên tốt hơn.
- Nếu quý vị tiêm steroid, có thể mất từ 2 đến 3 tuần để quý vị nhận được lợi ích đầy đủ.

Gọi Cho Ai

Trung tâm Y học Thể thao tại Harborview mở cửa các ngày trong tuần từ 8 giờ sáng đến 4 giờ chiều. Gọi 206.744.0401 và bấm 2 nếu quý vị:

- Có câu hỏi về thủ thuật của quý vị
- Muốn nói chuyện với một y tá phòng khám về các triệu chứng của quý vị

Câu hỏi?

Câu hỏi của quý vị rất quan trọng. Gọi cho Bác sĩ hoặc nhà cung cấp chăm sóc sức khỏe của quý vị nếu quý vị có câu hỏi hoặc lo ngại.

Để nói chuyện với một y tá phòng khám tại Trung tâm Y học Thể thao tại Harborview: Các ngày trong tuần từ 8 giờ sáng đến 4 giờ chiều, hãy gọi 206.744.0401 và bấm 2.

© University of Washington Medical Center
Published PFES: 2019
Clinician Review: 09/2019
VIETNAMESE translation by HMC Interpreter Services
Reprints on Health Online: https://healthonline.washington.edu

Sports Medicine Center at Harborview Medical Center
908 Jefferson St., 5th Floor, Seattle, WA 98104 | 206.744.0401

UW Medicine
SPORTS, SPINE & ORTHOPEDIC HEALTH
SPORTS MEDICINE CENTER

Before and After Your Procedure

At the Sports Medicine Center at Harborview

Procedure: _____

Please follow all the instructions that are marked below.



Arrive early, as marked.

Arrive before your procedure by:

- ❑ 15 minutes
- ❑ 45 minutes
- ❑ 1 hour – for a blood draw or to start your *intravenous* (IV) line

Driver or escort:

- ❑ You must have a driver to bring you to the clinic and take you home.
- ❑ Having a driver is optional. If you drive yourself, you will need to wait 15 to 30 minutes after your procedure before driving.
- ❑ Your escort may drive you in a car, or you may ride together in a bus, taxi, shuttle, or other public transit.

Eating and drinking:

- ❑ You may eat and drink as usual.
- ❑ Do **not** eat or drink anything for 6 hours before your procedure.

Blood sugar:

- ❑ Check your blood sugar the morning of your procedure. Avoid eating or drinking simple sugars the day of your procedure.
- ❑ We may check your blood sugar on the day of your procedure.

Medicines and vaccines:

- ❑ Take your blood pressure or diabetes medicines as prescribed.
- ❑ Bring your inhaler, _____, with you.
- ❑ Stop taking vitamin and herbal products 7 days before your procedure.
- ❑ Stop taking your anti-inflammatory medicine, _____, _____ day(s) before your procedure.

Sports Medicine Center at Harborview Medical Center
908 Jefferson St., 5th Floor, Seattle, WA 98104 | 206.744.0401

- ❑ We will call you to explain how to manage blood thinners after we talk with your primary care provider (PCP).
- ❑ If you are taking HIV medicines, we will call the provider who prescribed your medicines to make sure it is safe for you to have the procedure.
- ❑ If your doctor tells you to take anti-anxiety medicine, take it before your procedure. (If you take this medicine, you **must** have a driver to bring you to the clinic and take you home.)
- ❑ If you begin taking antibiotics or you have a fever, call the clinic to reschedule your procedure.
- ❑ Do **not** get a vaccine for 2 weeks before or 2 weeks after your procedure.

Other:

- ❑ We may place an *intravenous* (IV) line into your arm vein.

After Your Procedure

Unless your care provider gives you other instructions:

- You may do your usual activities on the day after your procedure.
- You may shower.
- Do **not** take a bath, swim, or sit in a hot tub for 48 hours.
- Do **not** apply direct heat or use a heating pad on the site for 48 hours.
- You may return to work the day after your procedure, unless you have a job that involves physical labor. Talk with your provider about this.
- Avoid physical therapy or intense exercise for 3 to 7 days. Ask your provider when it will be OK for you to resume exercise.
- The day after your procedure, resume taking medicines you stopped.
- Be aware that your symptoms may get worse before they get better.
- If you have a steroid injection, it may take 2 to 3 weeks for you to receive full benefit.

Who to Call

The Sports Medicine Center at Harborview is open weekdays from 8 a.m. to 4 p.m. Call 206.744.0401 and press 2 if you:

- Have questions about your procedure
- Want to talk with a clinic nurse about your symptoms

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.

To talk with a clinic nurse at the Sports Medicine Center at Harborview: Weekdays from 8 a.m. to 4 p.m., call 206.744.0401 and press 2.

© University of Washington Medical Center
Published PFES: 2019
Clinician Review: 09/2019
Reprints on Health Online: https://healthonline.washington.edu

Sports Medicine Center at Harborview Medical Center
908 Jefferson St., 5th Floor, Seattle, WA 98104 | 206.744.0401