

एपेनडेक्टोमी

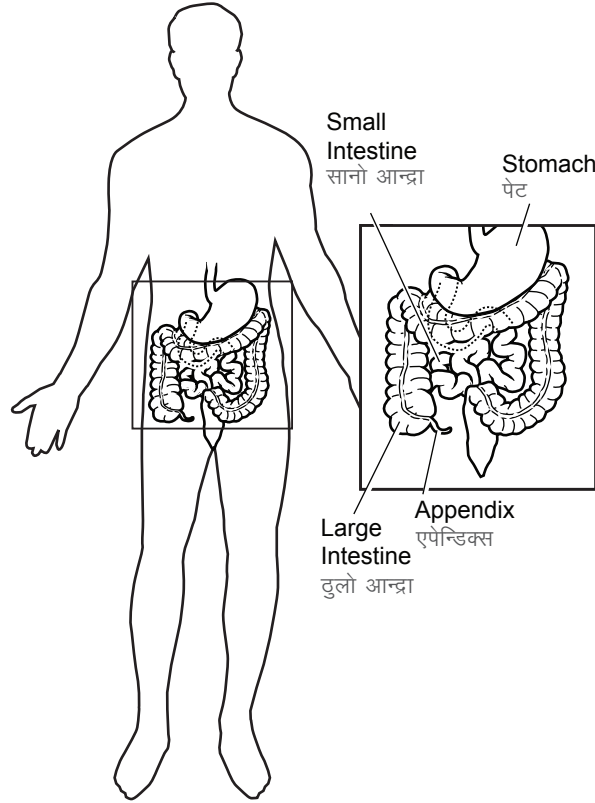
Appendectomy

Appendectomy is a surgery to remove the appendix. The appendix is a small pouch that comes off the large intestine. The appendix sometimes gets blocked and becomes infected and swollen. Signs of an infected appendix include abdominal pain in the lower right side, fever, poor appetite, nausea and vomiting. If the appendix bursts, it can make you very sick.

There are two ways to do this surgery:

- **Open appendectomy** - a single incision is made in the abdomen. The doctor works through this larger incision to remove the appendix.
- **Laparoscopic appendectomy** - 2 or 3 small incisions are made in the abdomen. The doctor uses a camera and tools through the small incisions to remove the appendix. With this type of surgery, you may recover faster, have less pain, less scarring, fewer wound problems and spend less time in the hospital.

An adult family member or friend needs to come with you to take you home after your surgery. It is not safe for you to drive or leave alone.



एपेन्डेक्टोमी भनेको एपेन्डिक्स हटाउने शल्यक्रिया हो। एपेन्डिक्स भनेको ठूलो आन्द्रामा हुने सानो प्याकेट हो। कहिलेकाहीँ एपेन्डिक्स ब्लक हुन्छ र सङ्क्रमित हुने र सुत्रिने हुन्छ। सङ्क्रमित एपेन्डिक्सका लक्षमहरूमा तल्लो दायाँ पेट दुख्ने ज्वरो आउने, भोजन इच्छामा कमी आउने, वाकवाकी र वान्ता हुने समावेश हुन्छन्। एपेन्डिक्स फुट्यो भने यसले गम्भीर बिरामी बनाउन सक्छ।

यो शल्यक्रियाका दुइटै तरिका छन्:

- **ओपन एपेनडेक्टोमी** - पेटमा एउटा चिरा लगाइन्छ। डक्टरले यो लामो चिरा लगाएर एपेन्डिक्स निकाल्छन्।
- **ल्यापरोस्कोपिक एपेन्डेक्टोमी** - पेटमा 2 वा 3 साना चिरा लगाइन्छ। डक्टरले एपेन्डिक्स निकाल्नका लागि सानो चिरामार्फत क्यामेरा र औजारहरूको प्रयोग गर्दछन्। यस प्रकारको शल्यक्रियामा, तपाईंले चाँडो स्वास्थ्यलाभ गर्न सक्नुहुने छ, दुखाइ कम्ती हुनेछ, कम्ती दाग पर्नेछ, घाउसम्बन्धी समस्या कम्ती हुनेछन् र अस्पतालमा कम्ती समय बिताउनु पर्नेछ।

तपाईंको शल्यक्रियापछि तपाईंलाई घर लिएर जान तपाईंसँग परिवारका एक वयस्क सदस्य वा साथी आउनु आवश्यक हुन्छ। तपाईंले गाडी हाँक्नु वा तपाईंलाई एकलै छोड्नु सुरक्षित हुँदैन।

To Prepare

- Tell your doctor what medicines you are taking including prescriptions, over the counter medicines, vitamins and herbs.
- If you have any allergies to medicines, foods or other things, tell the staff.
- Do not eat or drink anything, including water, until after you have your surgery.

During Surgery

- You will wear a hospital gown.
- An IV (intravenous) is put into a vein in your arm for giving medicine and fluids.
- You are taken on a cart to the surgery room. You are helped onto the surgery table. A belt may be put over your legs for your safety.
- You will be given medicine, so you will sleep through the surgery. The medicine will be given through the IV or a face mask.
- Your abdomen is cleaned and sheets are put over you to keep the surgery area clean.
- An incision is made in your abdomen. With laparoscopic, 2 to 3 incisions are made.
- The appendix is removed.
- The incision(s) are closed with stitches, staples or special tapes called steri-strips.
- If stitches or staples are used, a bandage is taped over them.

तयार गर्नको लागि

- तपाईंले सेवन गरिरहनुभएका औषधिका साथै प्रेस्क्रिप्शनहरू, औषधि पसलबाट प्रेस्क्रिप्शनविना किन्न पाइने औषधिहरू, भिटामिन र जडीबुटीहरूको बारेमा आफ्ना डक्टरलाई जानकारी दिनुहोस्।
- यदि तपाईंलाई कुनै औषधि, खाना वा अन्य वस्तुबाट एलर्जी छ भने स्टाफलाई जानकारी दिनुहोस्।
- तपाईंको शल्यक्रिया नहुञ्जेल पानीलगायत केही पनि नखानुहोस् वा नपिउनुहोस्।

शल्यक्रियाको अवधिमा

- तपाईंले अस्पतालको गाउन लगाउनु हुनेछ।
- तपाईंलाई औषधि र द्रव्यहरू दिनका लागि तपाईंको पाखुराको नसामा एउटा IV(इन्ट्राभेनस) लगाइने छ।
- तपाईंलाई स्टेचरमा शल्यक्रिया कक्षमा लगिने छ। तपाईंलाई शल्यक्रिया टेबलमा सुत्नमा मद्दत गरिने छ। तपाईंको सुरक्षाका लागि तपाईंका खुट्टामा पेटी बाँधिन सकिन्छ।
- तपाईंलाई औषधि दिइने छ, जसबाट शल्यक्रियाको दौरान तपाईं निदाउन सक्नुहुनेछ। औषधि IV वा फेस मास्क मार्फत दिइनेछ।
- तपाईंको पेटलाई सफा गरिने छ र शल्यक्रिया स्थललाई सफा राख्न तपाईंलाई च्यादरले ढाकिने छ।
- तपाईंको पेटमा चिरा लगाइने छ। ल्यापरोस्कोपिक-मा, 2 देखि 3 चिराहरू लगाइने छन्।
- एपेन्डिक्स हटाइयो।
- चिरा(हरू)लाई सिलाइ, स्टेपल वा स्टेरि-स्ट्रिप्स नामक विशेष टेपले बन्द गरिने छ।
- यदि सिलाइ वा स्टेपलको प्रयोग गरिन्छ भने त्यसमाथि पट्टी बाँधिने छ।

After Surgery

In the Hospital

- You are taken to the recovery room where you are watched closely until you wake up and are doing well.
- Your breathing, blood pressure and pulse are checked often.
- Your doctor will talk to you about your surgery and when you can expect to go home.
- Medicines given during the surgery will make you sleepy. You will need to have an adult family member or friend take you home for your safety.
- You may be sent home 1 to 2 days after surgery. If your appendix ruptured before surgery, you may have to stay longer.

At Home

- Rest.
- Take your medicines as directed by your doctor.
- Call your doctor to schedule a follow-up visit.
- You can take a shower. Do not take a tub bath for one week after your surgery.
- Remove the bandage(s) over the incision(s) the next day before you shower. Carefully wash the incisions with soap and water and pat them dry. Put new band-aids over your incisions. Change your band-aids any time they get wet or dirty.
- If you have steri-strips, leave them alone. They will fall off on their own.

शल्यक्रियापछि

अस्पतालमा

- तपाईंलाई रिक्भरी कक्षमा लगिने छ जहाँ तपाईं नजाग्दासम्म र राम्रो महसुस नहुँदासम्म गहन निगरानी राखिने छ।
- तपाईंको श्वास-प्रश्वास, रक्तचाप र नाडीको गतिको बारम्बार जाँच गरिने छ।
- तपाईंका डक्टरले तपाईंको शल्यक्रिया र तपाईं कहिलेसम्म घर फर्कन सक्नुहुन्छ भन्ने विषयमा तपाईंसँग कुरा गर्नुहुनेछ।
- शल्यक्रियाको दौरान तपाईंलाई दिइएको औषधिको कारण तपाईं निद्रालु हुनुहुनेछ। तपाईंको सुरक्षाको लागि, तपाईंलाई घर वापस लैजान एक वयस्क पारिवारिक सदस्य वा मित्रको खाँचो पर्नेछ।
- शल्यक्रियापछि तपाईंलाई 1 देखि 2 दिनमा घर जान दिइने छ। यदि तपाईंको एपेन्डिक्स शल्यक्रियापूर्व नै फाटेको थियो भने तपाईं केही बढी समय अस्पतालमा बस्नु पर्ने हुन सक्दछ।

घरमा

- आराम।
- तपाईंका डक्टरको निर्देशनअनुसार औषधि सेवन गर्नुहोस्।
- अनुगमन भिजिटका लागि समय मिलाउन डक्टरलाई कल गर्नुहोस्।
- तपाईं नुहाउन सक्नुहुन्छ। शल्यक्रियापछि एकसातासम्म टब बाथ नगर्नुहोस्।
- भोलिपल्ट नुहाउनुपूर्व चिरा(हरू)माथिबाट पट्टी(हरू) हटाउनुहोस्। चिराहरूलाई साबुन र पानीले सावधानीपूर्वक धुनुहोस् र तौलियाले थपथपाएर सुकाउनुहोस्। चिराहरूमाथि नयाँ ब्यान्ड-एड लगाउनुहोस्। कुनैपनि समय ब्यान्ड-एड भिजेको वा मैलो भएको अवस्थामा फेरनुहोस्।
- स्टेरि-स्ट्रिप्स लगाइएको छ भने त्यतिकै छोड्नुहोस्। ती आफै झर्ने छन्।

- It may be hard for you to have a bowel movement after surgery. Walking and eating high fiber cereals, beans, vegetables and whole grain breads will help. Drinking 8 glasses of liquids each day may also help.
- You may be taught to do deep breathing and coughing exercises to keep you from getting a lung infection after surgery. Deep breathe and cough every hour while you are awake and if you wake up during the night. It may help to use a pillow to support your incision(s) when you cough or deep breathe.
- Do not lift objects over 10 pounds for 3 days if you had laparoscopic, or for 14 days if you had an open procedure .
- Do not drive until your doctor tells you it is okay, and you are no longer taking pain medicine.
- Talk to your doctor or nurse about other activity limits. You should be able to return to normal activities in about 1 to 3 weeks.
- शल्यक्रियापछि दिसा गर्नमा तपाईंलाई गाह्रो पर्न सक्दछ। हिँड्ने र उच्च फाइबर सेरेल, सिमी, तरकारी, र होल ग्रेन ब्रेडहरू खानाले मद्दत हुनेछ। हरेक दिन 8 गिलास द्रव्य पदार्थ पिउनुले यसमा मद्दत हुन सक्दछ।
- शल्यक्रियापछि फोक्सोको संक्रमणबाट बचाउनका लागि तपाईंलाई गहिरो सास फेर्ने र खोकने व्यायामहरू सिकाइन सक्दछ। तपाईं जागेको अवस्थामा हरेक घण्टा र राति निद्रा खुल्दा गहिरो सास फेर्नुहोस् र खोक्नुहोस्। तपाईंले खोक्दा वा गहिरो सास फेर्दा तपाईंको चिरामाथि सिरानी राख्नाले तपाईंलाई मद्दत मिल्न सक्दछ।
- तपाईंको ल्यापरोस्कोपिक शल्यक्रिया भएको हो भने 3 दिनसम्म, वा ओपन शल्यक्रिया भएको हो भने 14 दिनसम्म 10 पाउन्डभन्दा धेरै वजन नउठाउनुहोस्।
- तपाईंको डक्टरले अनुमति नदिएसम्म, र तपाईंले पीडा हर्ने औषधिको सेवन बन्द नगरेसम्म गाडी नहाँक्नुहोस्।
- अन्य गतिविधिका सीमाहरूबारे आफ्नो डक्टर वा नर्सबाट जानकारी लिनुहोस्। तपाईं करिब 1 देखि 3 सातामा सामान्य गतिविधि गर्न सक्षम हुनुहुने छ।

Call your doctor right away if you have:

- Pain in the abdomen or shoulder area that does not go away or gets worse
- Increased redness, bruising or swelling
- A fever over 101 degrees F
- Chills or a cough, or you feel weak and achy
- Vomiting
- Skin that is itchy, swollen skin or a new rash
- Trouble having a bowel movement or have diarrhea often

तपाईंलाई यीमध्ये कुनै समस्या हुन्छ भने तुरुन्तै डक्टरलाई कल गर्नुहोस्:

- पेट वा काँधतिर दुख्ने र दुखाइ नहराउने वा अझ खराब हुने
- रातोपन बढ्नु, खोसिइनु वा सुनिनु
- 101 डिग्री F भन्दा माथि ज्वरो
- ठन्डी वा खोकी लाग्नु, वा कमजोर र पीडा महसुस गर्नु
- उल्टी
- छाला चिलाउनु, छाला सुनिनु वा नयाँ बिमिराहरू उठ्नु
- दिसामा कठिनाइ वा बारम्बार पखाला लाग्नु

Call 911 right away if:

- The incisions come apart.
- There is new bleeding from the incisions.
- You have trouble breathing all of a sudden.
- You have chest pain.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

निम्न अवस्थामा तुरुन्तै 911 मा फोन गर्नुहोस्:

- चिरा च्यातिनु।
- चिराहरूबाट फेरि रगत बग्नु।
- तपाईंलाई अचानक सास फेर्न कठिनाइ हुनु।
- छातीमा पीडा हुनु।

**तपाईंसित कुनै प्रश्नहरू वा चिन्ताहरू छन् भने,
तपाईंको डक्टर वा नर्ससित यसबारे कुरा गर्नुहोस्।**