

# تجهيز بشرتك للجراحة

## Getting Your Skin Ready for Surgery

You are scheduled to have surgery. To decrease your risk of infection, you will need to get your skin as free of germs as possible. You can reduce the number of germs on your skin by carefully washing with a special soap called **chlorhexidine gluconate (CHG)** before surgery.

من المقرر أن تخضع لجراحة. وللتقليل من مخاطر العدوى، سيتعين عليك تطهير جلدك من الجراثيم بأكثر قدر ممكن. ويمكنك الحد من عدد الجراثيم على الجلد من خلال غسله بعناية بصابون خاص يسمى **غلوكونات الكلورهيكسيدين (CHG)** قبل الجراحة.

### Follow These Instructions

- **You may be given or you will need to buy CHG soap or foam.** You will need an 8-ounce (236 mL) bottle. The soap is sold under the brand name **Hibiclens**, or there may be a store brand that costs less. Ask the pharmacist where to find it in the drug store. It is often with first aid supplies.
- **Do not shave the site** where your doctor will be making the cut for your surgery for **one week before surgery.**
- **You need to shower with CHG soap or foam two times before your surgery:**
  - The night before your surgery
  - Again, the morning of your surgery
- **Use 4 ounces (½ cup or 118 mL) of CHG soap or 4 to 5 pumps of CHG foam each time you shower.**

### How to Shower with CHG Soap or Foam

1. Start by washing your hair with your normal shampoo and wash your body with regular soap. Rinse your hair and body well to remove any shampoo or soap that might be on your skin.

### يُرجى اتباع الإرشادات التالية

- **قد يتم إعطاؤك صابون أو رغوة CHG أو قد تحتاج إلى شرائه.** وسوف تحتاج إلى زجاجة سعة 8 أوقيات (236 مل). يُباع الصابون تحت اسم العلامة التجارية **Hibiclens** أو قد تكون هناك علامة تجارية أرخص. يُرجى سؤال الصيدلي عن هذا الصابون في الصيدلية. وغالبًا ما تكون في قسم مستلزمات الإسعافات الأولية.
- **لا داعي لحلق الموضع الذي سيقوم طبيبك بعمل القطع به أثناء إجراء الجراحة لك قبل الجراحة بأسبوع.**
- **عليك الاستحمام بصابون أو رغوة CHG مرتين قبل الجراحة:**
  - في الليلة التي تسبق إجراء الجراحة لك
  - ومرة أخرى، صبيحة يوم الجراحة
- **ينبغي استخدام كمية قدرها 4 أوقيات (½ كوب أو 118 مل) من صابون CHG أو مقدار 4 إلى 5 ضخّات من رغوة صابون CHG كل مرة استحمام.**

### كيفية الاستحمام باستخدام صابون أو رغوة CHG

1. يُرجى البدء بغسل شعرك بشامبو عادي وغسل جسمك كذلك بصابون عادي. ثم عليك شطف شعرك وجسمك جيدًا لإزالة أي شامبو أو صابون قد يكون على جلدك.

2. Wet a clean washcloth. Turn off the shower. 2. بَلِّل قطعة قماش نظيفة. وأوقف الدُّش.
3. Apply some CHG soap or foam to the wet washcloth. 3. ضع صابون أو رغوة CHG على قطعة القماش المبللة.
4. Use the washcloth to wash your whole body **from the neck down only**. Do not use CHG soap or foam on your face and be careful not to get it in your eyes, nose, mouth or ears. 4. استخدم قطعة القماش على الجسم بالكامل من الرقبة نزولاً لأسفل فقط. لا يجب استخدام صابون أو رغوة CHG على وجهك وتوخ الحذر لئلا يدخل الصابون إلى عينيك أو أنفك أو فمك أو أذنيك.
  - صابون CHG لا يُرغي جيداً.
  - لذا فعليك وضع المزيد من صابون CHG على قطعة القماش مع الاستمرار في مسح جسمك برفق لمدة 5 دقائق. ينبغي استخدام كمية قدرها 4 أوقيات (½ كوب أو 118 مل) من صابون CHG أو مقدار 4 إلى 5 ضخّات من رغوة صابون CHG كل مرة استحمام.
  - مع إيلاء اهتمام خاص بجزء الجسم الذي ستجرى عليه الجراحة.
  - يُرجى التأكد من غسل المنطقة خلف الرقبة وأسفل الذراعين. عليك غسل سُرّة البطن ومنطقة الأربية والساقين لأسفل حتى أصابع قدميك.
  - لا داعي للحك بقوة زائدة.
5. Turn on the shower and rinse your whole body well. **Do not** wash with regular soap after you have used CHG soap or foam. 5. أعد تشغيل الدش واشطف جسمك كله جيداً. لا يجب الغسل بالصابون العادي بعد استخدام صابون أو رغوة CHG.
6. Pat yourself dry with a clean towel. 6. جفف نفسك بمنشفة نظيفة.
7. Put on clean clothes. 7. ارتد ملابس نظيفة.

**Be sure to take a second shower with CHG soap or foam the morning of your surgery.** When you finish showering on the morning of surgery, **do not** use any powders, deodorants, lotions, make-up, hairspray or other products.

تأكد من أخذ حمام ثانٍ باستخدام صابون CHG صبيحة يوم إجراء الجراحة. لا يجب استخدام أي مساحيق أو مزيلات للروائح الكريهة أو لوشن أو مستحضرات تجميل أو مثبتات الشعر أو أي منتجات أخرى.

## If you are having surgery on your scalp:

Your doctor may ask you to wash your hair with CHG soap or foam each time you shower. Wash your hair as marked:

- ❑ **Wash your hair with CHG soap or foam each time you shower.** First, wash your hair with regular shampoo and rinse it well with water. Then, put a large amount of CHG into your palm and work it through your hair and scalp. It will not lather like shampoo. Keep the CHG soap or foam away from your eyes and ears. Rinse with clean water. If you get the CHG soap or foam in your eyes or ears, rinse them well.
- ❑ **Do not wash your hair with CHG soap or foam each time you shower.** Shower and wash with the CHG soap or foam from the neck down only.

## If you are not able to shower:

If you do not have a shower or you are not able to get into a shower, do a sponge bath each time to clean your body. Do not use CHG soap or foam on your hair unless you are told to do so by your doctor.

How to take a sponge bath:

1. First, bathe with a clean washcloth, water and regular soap. Rinse well with clean water.
2. Then, get a clean washcloth and wet it with clean water.
3. Apply some CHG soap or foam to the wet washcloth.
4. Use the washcloth to wash your whole body from the neck down. Keep adding more CHG and continue to wash for 5 minutes.

## إذا كنت ستخضع لعملية جراحية في فروة رأسك:

قد يطلب منك طبيبك غسل شعرك بصابون أو رغوة CHG في كل مرة تستحم فيها. يجب غسل شعرك كما هو موضح:

- ❑ **اغسل شعرك بصابون أو رغوة CHG في كل مرة تستحم فيها.** أولاً، يجب غسل شعرك بالشامبو العادي ثم شطفه جيداً بالماء. ثم توضع كمية كبيرة من صابون CHG على راحة يدك ثم ضعها في شعرك وفروة رأسك. لن يكون هذا الصابون رغوة مثلما هو الحال مع الشامبو. توخ الحذر لكيلا يدخل صابون أو رغوة CHG في عينيك أو أنفك أو فمك أو أذنيك. واشطف بماء نظيف. اشطفه بالماء النظيف. إذا دخل صابون أو رغوة CHG في عينيك أو أذنيك، اشطفهما جيداً.
- ❑ **لا يجب غسل شعرك بصابون أو رغوة CHG في كل مرة تستحم فيها.** استحم واغسل جسمك بصابون أو رغوة CHG من العنق إلى أسفل فقط.

## إذا لم تكن قادراً على الاستحمام:

إذا لم يكن لديك دش أو لم تكن قادراً على الاستحمام، فيرجى المسح بإسفنجة مبللة في كل مرة تقوم فيها بتنظيف جسمك. لا تستخدم صابون أو رغوة CHG على شعرك إلا إذا طلب منك طبيبك القيام بذلك.

كيفية الاستحمام بقطعة اسفنج:

1. أولاً، استحم بقطعة قماش نظيفة وماء وصابون عادي. اشطف جيداً بالماء النظيف.
2. ثم أحضر منشفة نظيفة وبللها بماء نظيف.
3. ضع صابون أو رغوة CHG على قطعة القماش المبللة.
4. استخدم المنشفة لغسل جسمك بالكامل من الرقبة إلى أسفل. استمر في إضافة المزيد من CHG وتابع الغسل لمدة 5 دقائق.

5. Rinse well with another clean washcloth and clean water. 5. اشطفه جيداً بقطعة قماش نظيفة أخرى وماء نظيف.
6. Pat yourself dry with a clean towel. 6. جفف نفسك بمنشفة نظيفة.
7. Put on clean clothes. 7. ارتد ملابس نظيفة.

**If you have any questions about cleaning your skin, call your doctor's office.**

**إذا كان لديك أي استفسارات بشأن تنظيف جلدك، فيرجى الاتصال بعيادة طبيبك.**