

Mga Paliligo Bago ang Operasyon (Tagalog)

Ang paglilinis sa iyong balat nang marahan bago ang operasyon ay makakabawas sa peligro ng impeksyon sa lugar ng iyong operasyon. Makakagawa ka ng mahalagang tungkulin sa pagpapababa sa peligro sa pamamagitan ng paliligo sa gabi bago ang iyong operasyon at sa umaga ng iyong operasyon.

Mangyaring bumili ng isang maliit na bote ng dalawa o apat na porsyentong Chlorhexidine Gluconate (CHG) antiseptic solution (halimbawa, Hibiclens), na gagamitin para sa mga paliligo. (Kung ang lugar ng iyong operasyon ay sa baba o pataas, mangyaring ipalit ang karaniwang sabon para sa CHG.)

Mangyaring sundin ang mga tagubilin sa pamamaraang ito nang maingat:

- Dapat kang maligo nang **DALAWANG** beses, isa sa gabi bago ang operasyon at isa sa umaga, bago pumunta sa ospital para sa iyong operasyon.
- Iwasang mapunta ang sabong chlorhexidine sa iyong mga mata, taenga, bibig o ilong. Subukan ding iwasan ang pwerta sa babae o dulo ng ari sa lalaki. Kung mapunta ang sabong CHG sa mga bahaging ito, banlawan nang mabuti ng tubig.
- Mangyaring huwag mag-ahit o mag-wax ng buhok ng katawan sa loob ng 72 oras o mas mababa bago ang operasyon. OK lang na mag-ahit ng buhok sa mukha.

Sa Paliligo

1. Sa bawat paliligo, hugasan at banlawan muna ang iyong buhok gamit ang normal na shampoo. Banlawan nang lubos ang shampoo mula sa iyong buhok at katawan. Huwag gumamit ng anumang produktong pambuhok pagkatapos mag-shampoo.
2. Basain ang iyong balat sa banyo at pagkatapos ay patayin ang tubig.
3. Gamit ang chlorhexidine solution at isang basang bimpò, maglapat ng humigit' kumulang sa sangkapat ng tasa ng sabong CHG sa bimpò (ilaan ang natitirang bote para sa paliligo sa araw ng operasyon). Marahang pabulain ang iyong buong katawan mula sa baba pababa.

Hugasan ang iyong buong katawan ngunit magbigay ng kaukulang pansin sa bahagi ng iyong operasyon, gamit ang sumusunod na listahan bilang gabay:

- ☐ **Mga operasyon sa balikat at braso**
 - Hugasan ang leeg, buong balikat, kilikili, braso at kamay

- ☐ **Mga operasyon sa puson at dibdib**

- Hugasan ang leeg, buong dibdib at puson hanggang sa singit kabilang ang mga tupi ng singit
- Isama ang mga tupi ng tiyan, pusod at ilaim ng suso

- ☐ **Operasyon sa likod at puwitan**

- Hugasan ang leeg, mga kilikili at balikat, buong likod at puwitan

- ☐ **Operasyon sa binti (kabilang ang pagpapalit sa buong tuhod o total knee replacement)**

- Hugasan ang buong binti kabilang ang likod ng tuhod, bukung-bukong, paa at mga daliri sa paa
- Pagkatapos ay hugasan ang buong puwitan at singit

- ☐ **Pagpapalit sa buong baywang o Total hip replacement**

- Hugasan ang buong binti, puson, likod, puwitan at singit

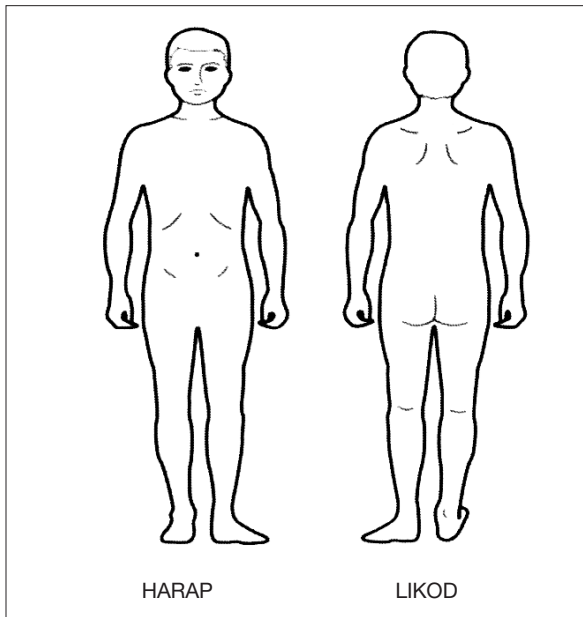
4. Hayaang manatili ang bula sa iyong balat sa loob ng 15-20 segundo sa pinakamababa.
5. Banlawan nang mabuti. Huwag muling maghugas gamit ang karaniwang sabon.

Pagkatapos ng Iyong Paliligo

- Patuyuin ang iyong sarili gamit ang isang malinis at bagong labang twalya. Magsuot ng bagong labang damit.
- Pagkatapos ng bawat paliligo, huwag magpahid ng mga lotion, pabango, produktong pambuhok o makeup.

(ipinagpapatuloy)

Para sa mga hindi nakakabasa ng Ingles, magmarka dito:



Pagbili ng Sabong CHG

Maraming, ngunit hindi lahat ng, parmasya, kabilang iyong nasa grocery o department store, ang nagbebenta ng sabong CHG. Maaari kang gumamit ng taktak na Hibiclens o iba pang mga tatak ng 2 porsyento o 4 porsyento na sabong CHG. Maaari kang tumawag muna upang tiyakin na nagbebenta nito ang iyong parmasya. Kung hindi, maaari mong tiyakin sa iyong pharmacist kung maaari itong i-order para sa iyo. Kadalasang mabibili ang sabon sa 4, 8 o 16 ounce na mga laki at maaaring nagkakahalaga ng \$6 para sa 4 ounce hanggang sa halos \$14 para sa 16 ounce.

Karaniwang mabibili ang Hibiclens sa mga sumusunod na parmasya:

- Rite Aid
- Savon Pharmacy
- Walgreens
- Walmart
- CVS/Pharmacy



www.swedish.org