

يُقَدِّم هذا الدليل معلومات حول كيفية استعدادك للعملية، وما يمكنك توقعه بمجرد وصولك إلى المستشفى أو مركز الجراحة، وكيفية التخطيط لرعايتك بعد العملية. فإذا كانت لديك أسئلة أخرى، يُرجى التحدث مع الجراح المتابع لحالتك أو عضو فريق الرعاية الذي أجرى مقابلة معك قبل الإجراء الطبي.

## ستقرأ في هذه الوثيقة

1. الخطوات الأولى
2. الاستعداد للتقييم السابق للإجراء الطبي: الأمور التي يمكن توقُّعها
3. تعليمات مهمة قبل العملية التي ستجرى لك: الأشياء يجب معرفتها والأشياء التي يجب إحضارها
4. إرشادات الصيام
5. تعليمات تحضير الجلد قبل الإجراء
6. التعافي والخروج من المستشفى
7. فهم فوائير ورسوم الإجراءات الطبية
8. الموقع وتفاصيل الاتصال



## 1. الخطوات الأولى

بمجرد تحديد موعد لإجراء العملية لك، يُرجى تسجيل الدخول إلى MyChart لإكمال استبيان تاريخك الطبي عبر الإنترنت على الموقع الإلكتروني [inova.org/mychart](http://inova.org/mychart).

وإذا كنت مستخدمًا جديدًا ولا يمكنك تسجيل الدخول إلى MyChart، فيُرجى الاشتراك الآن على الموقع الإلكتروني [inova.org/mychart](http://inova.org/mychart). وإذا كنت تواجه مشكلة فنية مع MyChart، فيُرجى الاتصال بالرقم 855-MYINOVA (855-694-6682) واختيار "4" للتحدث إلى أحد ممثلي خدمة العملاء.

### أسباب أهمية MyChart في الجراحة أو الإجراء الطبي

تُعرّف بوابة MyChart الإلكترونية بأنها أداة إلكترونية صحية آمنة ومفيدة قبل العمليات الجراحية أو الإجراءات الطبية وبعدها، وفيما يلي كيفية مساعدتها إياك على الالتزام بخطتك والتعافي بسلاسة:

#### قبل الجراحة أو الإجراء الطبي

- الحصول على التعليمات السابقة للعملية.
- الوصول إلى كل ما تحتاجه للاستعداد للجراحة أو الإجراء الطبي، بما في ذلك تعليمات الصيام والأدوية.
- عرض نتائج الفحوصات.
- الاطلاع على نتائج التحاليل المخبرية، والأشعة، والتقييمات فور توفرها.
- إدارة المواعيد.
- تأكيد تاريخ الجراحة أو الإجراء الطبي أو إعادة جدولته أو التحقق منه في أي وقت.

#### بعد الجراحة أو الإجراء الطبي

- مراجعة معلومات التعافي.
- الاطلاع على تعليمات الخروج من المستشفى، ونصائح العناية بالجروح، وتفصيل الأدوية.
- مراسلة فريق الرعاية المتابع لحالتك.
- طرح الأسئلة غير العاجلة والحصول على إجابات دون الحاجة إلى الاتصال.
- متابعة تطوّر حالتك الصحية.
- مواكبة مواعيد المتابعة والإبلاغ عن أي مخاوف تالية للعملية بسهولة.

يُرجى إبلاغنا إذا كنت بحاجة إلى مترجم فوري عند حجز الموعد.

عادةً ما تستغرق المقابلة السابقة للإجراء الطبي من 30 إلى 90 دقيقة، وقد تُجرى عبر الهاتف أو عن طريق التطبيق عن بُعد أو حضورياً حسب احتياجاتك. وإننا نوصيك بحجز موعدك في أقرب وقت ممكن ليتسنى لك اختيار الوقت الأمثل.



## 2. الاستعداد للتقييم السابق للإجراء الطبي: الأمور التي يمكن توقعها

أثناء خضوعك للتقييم السابق للإجراء الطبي مع مقدم الرعاية المتقدم أو الممرضة المختصة بالمكالمة الهاتفية السابقة للإجراء الطبي، فإننا سوف:

- نراجع تاريخك الطبي، والأدوية التي تتناولها، وأي فحوصات مطلوبة.
- نقيم نتائج الاختبارات وننسق عملية المتابعة مع فريق الرعاية المتابع لحالتك.
- نتأكد من اكتمال جميع مستندات Inova والسجلات الخارجية.
- نقدم التعليمات السابقة للإجراء الطبي وتعليمات يوم الإجراء الطبي، مثل تعليمات الصيام وتناول الأدوية.
- نجيب عن أي أسئلة قد تكون لديك.

تاريخ موعد التقييم السابق للعملية: \_\_\_\_\_

وقت موعد التقييم السابق للعملية: \_\_\_\_\_

موقع التقييم السابق للعملية (يرجى اختيار موقع)

تقييمات السابقة للإجراء الطبي في Alexandria – Inova  
4320 Seminary Rd.  
Alexandria, VA 22304  
الهاتف: 703-504-7880

تقييمات السابقة للإجراء الطبي في Willow Oaks (Fairfax) – Inova  
8260 Willow Oaks Corporate Dr. #650  
Fairfax, VA 22031  
الهاتف: 703-776-2000

تقييمات السابقة للإجراء الطبي في Fair Oaks – Inova  
3700 Joseph Siewick Dr., #100  
Fairfax, VA 22033  
الهاتف: 703-391-4809

تقييمات السابقة للإجراء الطبي في Loudoun – Inova  
44045 Riverside Pkwy. #165  
Leesburg, VA 20176  
الهاتف: 703-858-8192

تقييمات السابقة للإجراء الطبي في Mount Vernon – Inova  
2501 Parkers Ln.  
Alexandria, VA 22306  
الهاتف: 703-664-7545



### 3. تعليمات مهمة قبل العملية التي ستجرى لك: الأشياء يجب معرفتها والأشياء التي يجب إحضارها

#### 1. السلامة والنقل

- جهّز وسيلة نقل للعودة إلى المنزل. لن يُسمح لك بالقيادة أو استخدام وسائل النقل العام بمفردك بعد التخدير أو البنج حرصاً على سلامتك، ويجب أن يرافقك شخص بالغ مسؤول أثناء عودتك إلى المنزل، وإذا استخدمت وسائل النقل العام أو خدمة مشاركة الركوب، يجب أن يرافقك شخص بالغ آخر غير السائق.
- كما إننا نوصي بأن يبقى معك شخص بالغ خلال أول 24 ساعة بعد الإجراء الطبي.
- إذا كان المريض غير قادر على اتخاذ القرارات المتعلقة بالرعاية، يجب أن يرافقه شخص بالغ وأن يكون هذا الشخص متاحاً لتوقيع نماذج الموافقة.
- يُرجى ترتيب أعمال رعاية الأطفال مسبقاً. لن يُسمح لأي طفل بدخول المنطقة المخصصة للإجراء الطبي إلا إذا كان هو المرض ذاته. ويمكن لشخص واحد من الأسرة مرافقتك إلى المنطقة المخصصة للإجراء الطبي. ويُرجى تقليل عدد الزوار في يوم الإجراء. وقد تُطبّق قيود إضافية خلال موسم الإنفلونزا.

#### 2. حجز موعد والإصابة بمرض

- إذا كنت بحاجة إلى إعادة حجز موعد لإجراء طبي أو إلغائه، يُرجى التواصل مع الجراح في أقرب وقت ممكن.
- إذا أصابك مرض أو ارتفعت حرارتك قبل الإجراء الطبي، اتصل بالجراح فوراً، ولا تنتظر حتى يوم الإجراء لإبلاغه.

#### 3. الأشياء التي يجب إحضارها معك

- بطاقة هوية صالحة تحمل صورة، وبطاقة تأمين، وبطاقة صيدلية، و وسيلة دفع (شيك، أو أموال نقدية، أو بطاقة ائتمان).
- نسخة من التوجيه المسبق أو وصية الحياة أو التوكيل الرسمي إن وُجد. وإننا نشجع جميع المرضى على إعداد توجيه مسبق. ولمعرفة المزيد، تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني [inova.org/advancedirective](http://inova.org/advancedirective).
- الأجهزة المساعدة على السمع – أحضرها مع حقيبة مكتوب عليها اسمك وتاريخ ميلادك.
- النظارات – أحضرها مع حقيبة و اترك العدسات اللاصقة في المنزل.
- إذا كنت تستخدم جهاز CPAP أو جهاز BiPAP وكنّت ستخضع لإجراء طبي لا يتطلب إقامة بالمستشفى، فأحضر الجهاز معك. أما إذا كنت ستقيم في المستشفى، فإنّ Inova ستوفر لك جهازاً مؤقتاً.

#### 4. تحضير الجلد والنظافة الشخصية قبل الإجراء الطبي

- اتبع تعليمات تحضير الجلد الواردة في الصفحة 7، ما لم ينصحك الجراح أو مقدم الرعاية بخلافها قبل الإجراء الطبي.
- لا تحلق شعرك أو تستخدم منتجات إزالة الشعر خلال الـ 24 ساعة السابقة للإجراء الطبي.
- لا تضع أي كريم مرطب أو عطر أو كولونيا أو منتجات الرذاذ أو مكياج في يوم الإجراء.



#### 5. الملابس التي يجب ارتداؤها

- ارتدِ ملابس فضفاضة ومريحة.
- اترك جميع الأشياء الثمينة والمجوهرات في المنزل، واخلع جميع الخواتم والحلي قبل الوصول.

#### 6. إرشادات استخدام الأدوية

- لن يُسمح لك إلا بالأدوية المعتمدة من فريق الرعاية بالمستشفى أثناء إقامتك بالمستشفى للحفاظ على سلامتك، وتشمل هذه الأدوية جميع الأدوية التي تُصرَف بدون وصفة طبية، مثل aspirin, acetaminophen, ibuprofen, Zyrtec, Claritin، وأدوية الربو وغيرها.
- قد تُسبب الأدوية الواردة من خارج المستشفى تفاعلات ضارة مع الأدوية التي تُوصف لك أثناء إقامتك في أي من مستشفيات Inova.
- يُرجى إحضار قائمة بجميع الأدوية التي تستعملها عند حضورك للخضوع للإجراء الطبي بدلاً من إحضار عبوات الأدوية نفسها.



#### 4. إرشادات الصيام

يُرجى اتباع التعليمات الآتية بدقة إذا كان الإجراء الطبي الذي ستخضع له يتطلب تخديرًا أو مُسكِّنًا. قد يؤدي عدم اتباع هذه الإرشادات إلى زيادة خطر حدوث مضاعفات أو إلغاء الإجراء الطبي.

##### ملحوظات مهمة:

- إذا قَدَّم لك الجراح أو الطبيب الذي سيجري لك الإجراء تعليمات غذائية محددة تختلف عن تلك المذكورة أعلاه، فاحرص دائمًا على اتباع التعليمات الأكثر تقييدًا.
- إذا كنت تتناول دواء **GLP-1** لمرض السكري أو فقدان الوزن مثل **Wegovy, Ozempic, Mounjaro** أو **Zepbound**، فمن المهم جدًا ألا تتناول أي طعام صلب أو سوائل غير صافية لمدة 24 ساعة قبل الجراحة.
- قد يؤدي عدم اتباع هذه إرشادات إلى زيادة خطر حدوث مضاعفات أو إلغاء الإجراء الطبي المقرر.

##### متطلبات الصيام القياسية

الطعام والشراب	المواعيد المحددة للتوقف عن تناول الطعام والشراب قبل الإجراء
السوائل الصافية	قبل الموعد المحدد للإجراء 2 بساعتين
حليب الأم	قبل الموعد المحدد للإجراء 4 بساعات
حليب الأطفال الصناعي	قبل الموعد المحدد للإجراء 6 بساعات
الحليب غير البشري	قبل الموعد المحدد للإجراء 6 بساعات
الطعام الصلب	ممنوع تناول الأطعمة الصلبة بعد الساعة 11 مساءً من الليلة التي تسبق الجراحة

##### متطلبات الصيام للمرضى الذين يتناولون GLP-1 RAs

الطعام والشراب	المواعيد المحددة للتوقف عن تناول الطعام والشراب قبل الإجراء
السوائل الصافية	قبل الموعد المحدد للإجراء 4 بساعات
السوائل الصافية الغنية بالكربوهيدرات (مثل ClearFast)	قبل الموعد المحدد للإجراء 8 بساعات
الحليب غير البشري	قبل الموعد المحدد للإجراء 24 بساعات
الطعام الصلب	ممنوع تناول الأطعمة الصلبة قبل موعد الإجراء بـ 24 ساعة

##### متطلبات الصيام للمرضى الذين يعانون من تأخر إفراغ المعدة

الطعام والشراب	المواعيد المحددة للتوقف عن تناول الطعام والشراب قبل الإجراء
السوائل الصافية	قبل الموعد المحدد للإجراء 4 بساعات
السوائل غير الصافية والأطعمة الصلبة	قبل الموعد المحدد للإجراء 24 بساعات
يجب على المرضى البدء باتباع نظام غذائي منخفض الدهون والألياف قبل الإجراء المحدد بـ 48 ساعة	



## 5. تعليمات تحضير الجلد قبل الإجراء

لتقليل خطر إصابتك بالعدوى، احرص دائمًا على تنظيف جلدك قبل الإجراء الطبي بمحلول مبيد للجراثيم يُسمى جلوكونات الكلور هيكسيدين (CHG) (Chlorhexidine Gluconate) 4%.

أماكن الحصول على محلول CHG  
يمكنك شراء محلول CHG بدون وصفة طبية من معظم الصيدليات المحلية، ويمكنك استشارة الصيدلاني إذا كنت بحاجة إلى مساعدة.

من الأسماء التجارية الشائعة لهذا المحلول:  
*Hibiclens, Hibistat, Exidine, Hex-A-Clens*

ستحتاج إلى حوالي 2-4 أونصات من محلول CHG في كل مرة تستحم فيها.

مواعيد استخدام محلول CHG  
بالنسبة لمعظم الإجراءات الطبية:

- استحم مرتين:
  - مرة في الليلة التي تسبق الإجراء الطبي
  - مرة في صباح يوم الإجراء الطبي

بالنسبة لجراحة استبدال العمود الفقري أو المفاصل:

- استحم ثلاث مرات:
  - مرة في كل ليلة من الليلتين السابقتين للجراحة أو الإجراء الطبي
  - مرة في صباح يوم الجراحة أو الإجراء الطبي

كيفية استخدام محلول CHG

1. استحم بصابون وشامبو عاديين.
2. اغسل جسمك جيدًا بالماء.
3. أوقف تدفق الماء، ثم ضع محلول CHG على جسمك بيديك (وليس باستخدام ليفة أو إسفنجية).
  - تجنّب ملامسة المحلول لوجهك وشعرك وأعضائك التناسلية.
4. افرك جسمك بلطف بالكامل — خاصةً حول موضع الإجراء الطبي — لمدة 3 دقائق.
  - إذا احتجت إلى مساعدة، يجب على الشخص الذي سيساعدك غسل يديه جيدًا أولاً.
5. اشطف محلول CHG جيدًا بالماء.
6. جفّف جسمك بمنشفة نظيفة.
7. لا تضع أي كريم مرطب أو مزيل عرق أو بودرة أو عطر بعد ذلك.
8. ارتدّ بجامدة نوم أو ملابس نظيفة.
9. تجنّب الاقتراب من الحيوانات الأليفة بعد الاستحمام بمحلول CHG لأنها قد تنقل لك البكتيريا.
10. كرّر هذه الخطوات في صباح يوم الإجراء الطبي — ولكن لا تستخدم الصابون أو الشامبو العاديين، بل استخدم محلول CHG فقط.



## إرشادات إزالة الشعر

- لا تحلق شعرك أو تستخدم منتجات إزالة الشعر خلال الـ **24 ساعة السابقة للإجراء الطبي** — إذ قد يسبب محلول CHG تهيجًا للجلد المحلوق منه الشعر حديثًا.
- إذا كان لا بد من حلاقة الشعر، فافعل ذلك قبل استخدام محلول CHG وقبل موعد الإجراء بأكثر من **24 ساعة**.
- سيزيل فريق الجراحة أي شعر مطلوب إزالته داخل غرفة العمليات إذا لزم الأمر.

## نصائح للسلامة عند استخدام محلول CHG

- لا تستخدم محلول CHG على وجهك أو فروة رأسك أو أعضائك التناسلية.
- لا تستخدم محلول CHG إلا أثناء الاستحمام. وإذا كان الاستحمام غير ممكن، فاتصل بالجراح للحصول على تعليمات بديلة.
- توقّف عن استخدام محلول CHG واتصل بالجراح إذا لاحظت احمرارًا أو طفحًا أو تهيجًا في الجلد.

## 6. التعافي والخروج من المستشفى

- عادةً ما يستغرق متوسط فترة التعافي من ساعتين إلى أربع ساعات، وقد يستغرق وقتًا أطول حسب العملية والآثار الجانبية المحتملة.
- ستلقى أنت والشخص المرافق لك تعليمات ووصفات طبية من الجراح قبل خروجك من المستشفى. وسنحرص على تجهيزك بشكل كامل لاستكمال رحلة تعافيك في المنزل.
- إذا كان المكان الذي أجريت فيه العملية به صيدلية، فيمكنك صرف وصفاتك الطبية من هذه الصيدلية قبل المغادرة.
- نذكرك بأنه حرصًا على سلامتك، لن يُسمح لك بالقيادة أو استخدام وسائل النقل العام بمفردك بعد التخدير أو التسكين. يجب أن يرافقك شخص بالغ مسؤول أثناء عودتك المنزل بعد خروجك من المستشفى. وإذا كنت ستستخدم وسائل النقل العامة أو خدمات مشاركة الركوب المشترك، يجب أن يرافقك شخص بالغ غير السائق. وإننا نوصي بأن يلازمك شخص بالغ خلال الـ 24 ساعة الأولى التالية للعملية.

## 7. فهم فواتير ورسوم الإجراءات الطبية

ستتخذ إدارة الخدمات المالية بمؤسسة Inova الإجراءات التالية قبل الإجراء الطبي:

- التحقق من تغطيتك التأمينية ومزايا التأمين التي تحصل عليها.
- الحصول على التفويض اللازم من شركة التأمين التي تتعامل معها.
- مساعدتك على فهم المسؤولية المالية المتوقعة منك.
- إتمام أي ترتيبات مالية مطلوبة.

إذا لم تتمكن من الوصول إليك، فيُرجى الاستعداد لدفع أي مبلغ مشترك أو تأمين مشترك مطبق في يوم الإجراء الطبي.



يجب دفع تكاليف عمليات التجميل مقدّمًا.

#### توقع استلام عدة فواتير بعد الإجراء الطبي.

- سيُصدر مقدمو الرعاية الجراحية أو لآ فاتورة لشركة التأمين بالتكاليف المرتبطة بالجراحة أو الإجراء الطبي.
- ستتلقى فاتورة بأي رصيد متبقٍ، مثل المبلغ الذي تتحمله قبل تغطية التأمين، أو مبلغ الدفع المشترك، أو مبلغ التأمين المشترك.
- ستتلقى فواتير منفصلة من مقدمي الرعاية في فريق الجراحة، وقد تشمل هذه الفواتير:

#### فاتورة المستشفى:

- هي فاتورة صادرة من المستشفى أو مركز الجراحة الذي أُجريت فيه الجراحة أو الإجراء الطبي. وتوضح هذه الفاتورة التكاليف المتعلقة بالموظفين، والمستلزمات الطبية، والمعدات المستخدمة في تقديم الخدمات الجراحية.
- يجب توجيه الأسئلة والمدفوعات المتعلقة بالفاتورة مباشرة إلى المستشفى/المنشأة المذكورة في فاتورتك. أو يمكنك الاتصال بإدارة الخدمات المالية للمرضى في Inova على الرقم 571-423-5750.
- إذا كانت لديك أسئلة حول تقديرات مبالغ الفواتير، يُرجى الاتصال بالموقع الذي ستُجرى لك العملية فيه. ويمكن لأعضاء فريقنا مساعدتك من يوم الإثنين إلى الجمعة، من الساعة 8:30 صباحًا إلى 4:30 مساءً.

#### فاتورة الجراح:

- يجب توجيه الأسئلة المتعلقة بهذه الفاتورة إلى الجراح المذكور اسمه في الفاتورة.

#### فاتورة طبيب التخدير:

- هي فاتورة لخدمات التخدير التي تلقيتها أثناء الإجراء الطبي من أحد أطباء قسم التخدير.
- يجب توجيه الأسئلة المتعلقة بهذه الفاتورة إلى فريق التخدير المذكور في فاتورتك.

إذا ظهرت عليك أعراض برد أو حمى أو سعال مستمر أو عدوى خلال 48 ساعة قبل الإجراء الطبي، فسيُعين علينا إلغاء الإجراء حفاظًا على سلامتك. ونرجو منك استشارة الجراح بشأن إذا كنت تشك في وجود أي أعراض مثيرة للقلق.



## 8. الموقع وتفاصيل الاتصال

### منطقة Alexandria

#### **Inova Alexandria Hospital Surgery Center**

4320 Seminary Road  
Alexandria, VA 22304

☎ 703-504-3000

للحصول على مزيد من المعلومات، برجاء زيارة الموقع الإلكتروني [www.inova.org/locations/inova-alexandria-hospital-surgery-center](http://www.inova.org/locations/inova-alexandria-hospital-surgery-center)

#### **Inova Mount Vernon Hospital Surgery Center**

2501 Parkers Lane  
Alexandria, VA 22306

☎ 703-664-7000

للحصول على مزيد من المعلومات، برجاء زيارة الموقع الإلكتروني [www.inova.org/locations/inova-mount-vernon-hospital-surgery-center](http://www.inova.org/locations/inova-mount-vernon-hospital-surgery-center)

---

### Annandale / Falls Church / Fairfax (Inova Fairfax Medical Campus)

#### **Inova Woodburn Surgery Center**

3289 Woodburn Rd, #130  
Annandale, VA 22003

☎ 571-472-7030

للحصول على مزيد من المعلومات، برجاء زيارة الموقع الإلكتروني [www.inova.org/locations/inova-woodburn-surgery-center](http://www.inova.org/locations/inova-woodburn-surgery-center)

#### **Inova Fairfax Hospital Surgery Center**

Inova Fairfax Medical Campus  
3300 Gallows Road  
Falls Church, VA 22042

☎ 703-776-5900

للحصول على مزيد من المعلومات، برجاء زيارة الموقع الإلكتروني [www.inova.org/locations/inova-fairfax-hospital-outpatient-surgery-center](http://www.inova.org/locations/inova-fairfax-hospital-outpatient-surgery-center)



### **Inova Professional Services Building – Surgery Center**

Inova Fairfax Medical Campus  
3300 Gallows Road  
Falls Church, VA 22042

☎ 703-776-6630

للحصول على مزيد من المعلومات، برجاء زيارة الموقع الإلكتروني [www.inova.org/ifmc/psb-sugery](http://www.inova.org/ifmc/psb-sugery)

### **Inova Saville Cancer Screening and Prevention Center**

8081 Innovation Park Dr, Pavilion - Level P1  
Fairfax, VA 22031

☎ 571-472-3500

للحصول على مزيد من المعلومات، برجاء زيارة الموقع الإلكتروني [www.inova.org/locations/inova-saville-cancer-screening-and-prevention-center](http://www.inova.org/locations/inova-saville-cancer-screening-and-prevention-center)

---

## **منطقة Fair Oaks**

### **Inova Fair Oaks Hospital Surgery Center**

3600 Joseph Siewick Drive  
Fairfax, VA 22033

☎ 703-391-3600

للحصول على مزيد من المعلومات، برجاء زيارة الموقع الإلكتروني [www.inova.org/locations/inova-fair-oaks-hospital-surgery-center](http://www.inova.org/locations/inova-fair-oaks-hospital-surgery-center)

---

## **منطقة Leesburg / Loudoun**

### **Inova Loudoun Hospital Surgery Center**

44045 Riverside Pkwy  
Leesburg, VA 20176

☎ 703-858-6490

للحصول على مزيد من المعلومات، برجاء زيارة الموقع الإلكتروني [www.inova.org/locations/inova-loudoun-hospital-surgery-centers](http://www.inova.org/locations/inova-loudoun-hospital-surgery-centers)