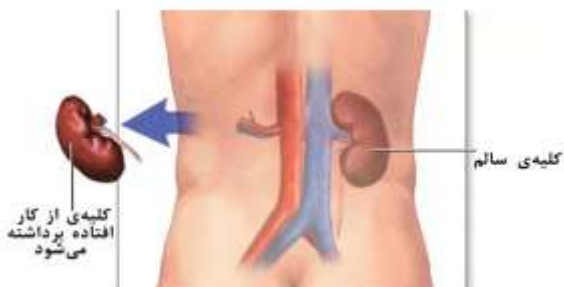




بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گلسار

چگونه بعد از عمل نفرکتومی از خود در منزل مراقبت کنید.



کارگروه آموزش بیمار بخش جراحی

تدوین: خرداد ۱۴۰۱

بازنگری: خرداد ۱۴۰۵

ایمیل بیمارستان

info@golsarhospital.ir

سایت بیمارستان

www.golsarhospital.ir

شماره تلفن: ۳۴۹۰۰-۰۱۳

آدرس: رشت - گلسار - بلوار سمیه

کد پمفلت: T۱-AC-۰۸

- ✓ تنگی نفس و کوتاهی تنفس، درد قفسه سینه
- ✓ درد، قرمزی و تورم در پاها
- ✓ افزایش ناگهانی در ادرار
- ✓ خون زیاد و روشن در ادرار
- ✓ درد ناحیه عمل
- ✓ ادامه یافتن ترشحات پهلوی پس از خروج لوله نفروستومی یا اطراف لوله نفروستومی

یگیری و ویزیت مجدد:



- ✓ در زمان مقرر جهت ویزیت های منظم به مطب پزشک معالج مراجعه نمایید و آزمایشات کنترلی را انجام دهید.
- ✓ برای خارج کردن بخیه در تاریخ تعیین شده به مطب پزشک مراجعه نمایید.



در صورت داشتن هرگونه سوال در زمینه مراقبت های منزل با شماره تماس ۳۴۹۰۰ - داخلی بخش جراحی یک تماس حاصل نمایید.

منبع: هندبوک آموزش به بیمار امکانابیو - برونر و سودارث کلیه و مجاری ادراری

در صورت ترخیص با لوله نفروستومی موارد زیر را رعایت نمایید:

- از کشیده شدن، خم شدن، پیچ خوردن و تا خوردگی لوله خودداری نمایید.
 - همواره کیسه ادرار متصل به لوله را پایین تر از سطح کلیه ها قرار دهید.
 - ادرار را همواره از نظر رنگ و بو و مقدار کنترل کنید و کاهش ادرار و یا قطع جریان ادرار را گزارش دهید.
 - تخلیه کیسه ادرار را به روش صحیح انجام دهید:
- ابتدا دستان خود را بشوید سپس محل اتصال لوله ها را با پد الکلی ضد عفونی نمایید و درپوش لوله را بردارید و ادرار را در ظرف مناسب تخلیه نمایید و سپس درپوش را قرار دهید و مجدد دستان خود را بشوید.

در صورت مشاهده علائم هشدار دهنده زیر به پزشک اطلاع دهید یا به اورژانس بیمارستان



مراجعه نمایید:

- ✓ تب بالا و لرز
- ✓ حالت تهوع یا استفراغ
- ✓ ضعف شدید و غیر معمول
- ✓ عفونت و قرمزی محل برش
- ✓ گرمی و التهاب، ترشح از زخم یا خونریزی

چگونه بعد از عمل نفروستومی از خود در منزل مراقبت کنید:



مصرف داروها:

- داروهای خود را به طور کامل مصرف کنید و دوره درمان را کامل نمایید.
- حذف یک کلیه ممکن است عملکرد کلیوی شما را کاهش دهد و سبب می شود هنگام مصرف دارو با مشکلاتی روبرو شوید.
- از مصرف خودسرانه یا بدون نسخه داروها خودداری نمایید و در هر ویزیت پزشکان این موضوع را یادآور شوید.
- در صورت بروز عارضه جانبی در مصرف دارو حتما پزشک را مطلع نمایید.
- در صورتی که از داروهای ضد انعقاد خون مانند وارفارین، آسپرین، پلاویکس و... قبل از عمل استفاده می کردید، جهت شروع مجدد آن با پزشک جراح خود مشورت نمایید
- از مصرف داروهای بدون نسخه پزشک پرهیز نمایید.



رعایت رژیم غذایی:

- رژیم غذایی سالم شامل : میوه ها، سبزی ها، غلات کامل و غذاهای کم چربی را رعایت نمایید.
- رژیم کم نمک را رعایت نمایید. به میزان نمک (سدیم) موجود در مواد غذایی بسته بندی شده توجه نمایید.

- ✓ از غذاهای سرشار از پروتئین اجتناب کنید چرا که باعث تحمیل بار اضافی به کلیه ها می شود .
- ✓ مصرف الکل، مواد کافئین دار، را از رژیم غذایی خود حذف نمایید.
- ✓ در صورتی که با توجه به مشکل زمینه ای محدودیت مصرف مایعات وجود ندارد مایعات به میزان کافی حدود ۸ تا ۱۰ لیوان در روز آب مصرف کنید.



مراقبت از زخم جراحی:

- در صورت نیاز به تعویض پانسمان، به روش استریل روزانه تعویض نمایید.
- تا چند روز بعد از عمل در صورت خروج لوله نفروستومی از ناحیه پهلوی ممکن است ترشحات خونابه ای خارج گردد که به تدریج کم می شود، در صورت نیاز پانسمان نمایید.
- طبق زمانبندی اعلام شده پانسمان را بردارید و حمام نمایید.
- زخم را با آب و صابون ملایم به آرامی شستشو نمایید و سپس زخم را خشک نمایید. نیاز به پانسمان مجدد نیست مگر اینکه پزشک اورولوژی به شما بگوید.
- همواره زخم را خشک و تمیز نگه دارید و در صورت بروز علائمی مانند: بروز تب، قرمزی، و گرمی و حساسیت در زخم، درد و حساسیت زیر شکم، ترشح از بخیه ها و یا اطراف لوله نفروستومی به اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید.
- حداقل به مدت ۲-۳ هفته از رفتن به استخر و یا استفاده از وان تا بهبودی کامل زخم خودداری نمایید.

- برای خارج کردن بخیه در تاریخ تعیین شده به مطب پزشک مراجعه نمایید.



میزان و محدوده فعالیت:

- ✓ به مدت ۲ تا ۴ هفته طبق نظر پزشک در منزل استراحت کنید.
- ✓ در طول دو هفته اول بعد از عمل، به فعالیت سبک مثل پیاده روی بپردازید و به صورت تدریجی و آرام به میزان فعالیت های خود بیفزایید.
- ✓ از فعالیت های شدید و بلند کردن اجسام سنگین تر از ۴-۵ کیلوگرم حداقل به مدت ۶ هفته خودداری نمایید.
- ✓ حداقل ۶ هفته اول بعد از عمل از انجام ورزش های متوسط یا شدید و کارو فعالیت سنگین خودداری نمایید .
- ✓ ازضربه وآسیب به کلیه ها اجتناب کنید. از ورزش های تهاجمی دوری کنید. اگر در هنگام ورزش احتمال برخورد یا افتادن وجود دارد از وسایل محافظت کننده استفاده کنید.