



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گلزار

چگونه بعد از جراحی ویل از خود مراقبت کنید؟



تحت نظارت کارگروه آموزش بیماربخش ICU

تدوین: پاییز ۱۴۰۳

بازنگری: خرداد ۱۴۰۵

ایمیل بیمارستان

info@golsarhospital.ir

سایت بیمارستان

www.golsarhospital.ir

شماره تلفن: ۰۱۳-۳۴۹۰۰

آدرس: رشت - گلزار - بلوار سمیه

کد پمفلت: T11-AC-11

- برنامه غذایی متعادل و متنوع را رعایت نمایید.
- رژیم غذایی پرکالری و پر پروتئین و کم چربی و مایعات کافی را برای بیمار رعایت نمایید.
- از پوشیدن لباسهای تنگ و چسبان خودداری کنید.
- در صورت بروز علائمی چون کشیده شدن لوله تغذیه ای - تورم، قرمزی، بو، ترشحات - تغییر رنگ غیر عادی (در محل لوله) خونریزی در اطراف لوله - باز شدن بخیه ها - نشت از لوله - وجود زخم در اطراف لوله - استفراغ و نفخ شدید معده به پزشک اطلاع دهید.



در صورت داشتن هرگونه سوال در زمینه مراقبت های منزل با شماره تماس ۰۱۳-۳۴۹۰۰ داخلی بخش مربوطه تماس حاصل نمایید.

منبع: هند بوک آموزش به بیمار / ماری ام. کانایو
برونر و سودارث ۲۰۲۰

نحوه مراقبت از ژژنوستومی:

- روزانه پانسمان اطراف ژژنوستومی را تعویض نمایید.
- با نظر پزشک ممکن است تغذیه و دارو از طریق ژژنوستومی انجام گیرد.
- دستان خود را قبل از دست زدن به لوله ژژنوستومی با آب و صابون به روش صحیح شستشو دهید.
- مطمئن شوید لوله جابجا نشده است و در محل خود قرار دادارد.
- تغذیه از طریق لوله ژژنوستومی را با سرنگ مخصوص گاواژ به آهستگی و تحت نیروی کشش زمین انجام دهید از وارد کردن سریع محلول غذایی به لوله خودداری کنید. چون باعث درد های شکمی و اسهال می گردد.
- محلول تغذیه ای حتما باید صاف شده و یکنواخت باشد و ذرات درشت نداشته باشد تا موجب انسداد لوله نگردد.
- از مواد غذایی دیر هضم مانند کله پاچه، دل، جگر و مواد غذایی چرب خودداری کنید



چگونه در منزل از خود مراقبت کنید:

مصرف داروها:



- دوره درمان با آنتی بیوتیک را کامل کنید. آنتی بیوتیک ها را با یک لیوان آب کامل مصرف کنید.
- جهت کاهش درد طبق تجویز پزشک از مسکن استفاده کنید و بهتر است بعد از غذا میل نمایید.
- برای شروع مجدد داروهای ضد انعقاد نظیر: پلاویکس، اسویکس ویا آسپرین و.... حتماً از پزشک معالج سوال کنید.
- در صورت بروز هرگونه عارضه دارویی با پزشک خود مشورت کنید.
- ممکن است نیاز به تزریق انسولین برای کنترل قند خون به صورت مادام العمر داشته باشید (جهت تزریق انسولین به راهنمای تزریق انسولین مراجعه کنید)

رعایت رژیم غذایی:



- با نظر پزشک ممکن است تغذیه از طریق ژنوستومی انجام گیرد به راهنمای تغذیه با ژنوستومی مراجعه کنید.
- با نظر پزشک معالج ابتدا رژیم مایعات و سپس رژیم نرم و سبک و آسان هضم را رعایت کنید و سپس به تدریج رژیم غذایی معمولی پرکالری، پروتئین و کم چرب را طبق نظر پزشک رعایت نمایید.
- از مصرف غذاهای سنگین و پرچرب خودداری کنید.
- مایعات به میزان کافی میل کنید.

مراقبت از زخم جراحی:



- در صورت نیاز با نظر پزشک معالج روزانه پانسمان ناحیه شکم را تعویض نمایید.
- بعد از ترخیص می توانید دوش بگیرید.
- در هنگام حمام کردن از کشیدن لیف در ناحیه عمل خودداری نمایید.
- از محل ژنوستومی مراقبت کنید. (رجوع به راهنمای ژنوستومی)
- به علائم و نشانه های عفونت محل جراحی توجه نمایید. (تب و ترشح و التهاب و قرمزی لبه های زخم و خوب جوش نخوردن محل بخیه ها)

میزان و محدوده فعالیت:



- در چند هفته اول پس از عمل، فعالیت های خفیف مانند راه رفتن در اطراف تخت یا کوتاه مدت در خانه انجام دهید.
- به تدریج و با بهبود وضعیت، فعالیت های ورزشی سبک تر مانند پیاده روی آرام و کوتاه مدت نیز می توانید انجام دهید. معمولاً بعد از ۶-۴ هفته، می توانید به فعالیت های عادی خود برگردید.
- از انجام کارهای سنگین و بلند کردن اشیاء سنگین تا ۴ تا ۶ هفته بعد از عمل خودداری کنید و جهت شروع فعالیت های ورزشی خود با پزشک مشورت کنید.

در صورت بروز علائم زیر به پزشک اطلاع



دهید یا به اورژانس بیمارستان مراجعه

نمایید:

- بروز دردهای شکمی یا تهوع و استفراغ و نفخ و سفتی شکم
- علائم عفونت : خروج ترشحات چرکی ، درد ، گرمی محل برش جراحی در لمس ، تب، قرمزی
- خونریزی و ترشح از محل جراحی
- علائم ایجاد لخته (ترومبوز) به علت کاهش تحرک شامل درد قفسه سینه - تنگی نفس - سرفه - ورم ساق پا یک طرفه

پیگیری و ویزیت مجدد:



- در زمان مقرر با خلاصه پرونده جهت ویزیت مجدد به نزد پزشک بروید.
- ده تا دوازده روز پس از جراحی جهت کشیدن بخیه به مطب پزشک مراجعه کنید.
- جواب نمونه جهت پاتولوژی را پیگیری و به اطلاع پزشک برسانید.
- ادامه درمان و درمان های تکمیلی (شیمی درمانی - پرتودرمانی) را زیر نظر پزشک انجام دهید.