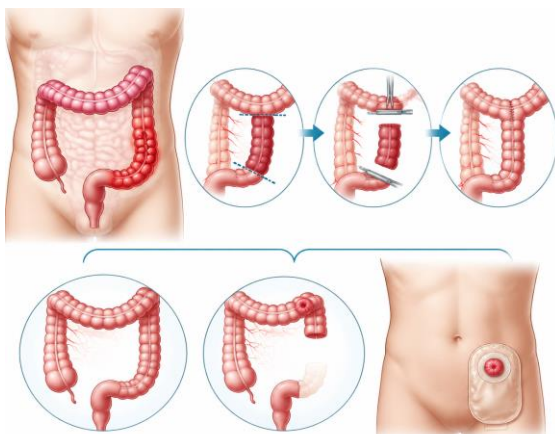




بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی گلسار

کولکتومی چیست و چگونه از خود مراقبت کنیم؟



تهیه: کارگروه آموزش بیماربخش جراحی ۲

تدوین: خرداد ۱۴۰۵

ایمیل بیمارستان

info@golsarhospital.ir

سایت بیمارستان

www.golsarhospital.ir

شماره تلفن: ۰۱۳-۳۴۹۰۰۰

آدرس: رشت - گلسار - بلوار سمیه

کد پمفلت: T2-AC-07



در صورت مشاهده موارد زیر فوراً با پزشک

تماس بگیرید:

- تب
- درد شدید یا افزایش یابنده
- خونریزی از زخم یا مقعد
- قرمزی و ترشح چرکی از محل جراحی
- تهوع و استفراغ مداوم
- نفخ شدید یا نداشتن دفع گاز/مدفوع
- تنگی نفس یا درد قفسه سینه بگیرید.



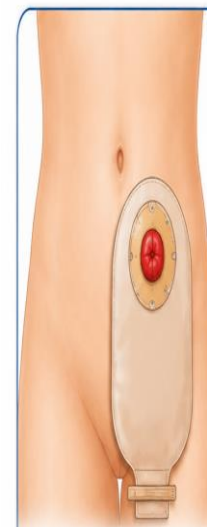
در صورت داشتن هرگونه سوال در زمینه مراقبت های منزل
با شماره تماس ۰۱۳-۳۴۹۰۰ داخلی بخش مربوطه تماس
حاصل نمایید.

منبع: برونر سودارت قلب و عروق ۲۰۲۰



مراقبت از استوما

راهنمای مراقبت از استوما برای بیماران بعد از کولکتومی



استوما چیست؟

استوما یک فروجی
مصنوعی برای خروج
مدفوع است.



تمیز نگه داشتن پوست اطراف استوما

پوست اطراف استوما را تمیز و خشک نگه دارید.
از محصولات بدون الکل و بدون عطر استفاده کنید.



تعویض منظم کیسه استوما

کیسه را به طور منظم (معمولاً هر ۳ تا ۵ روز)
با در صورت نشی تعویض کنید.



شستشو با آب ولرم و خشک کردن کامل

پوست اطراف استوما را فقط با آب ولرم بشویید
و به آرامی و کاملاً خشک کنید.



بررسی قرمزی یا ترشح غیرطبیعی

روانه پوست اطراف استوما را بررسی کنید.
قرمزی، تورم، خونریزی یا ترشح غیرطبیعی
می تواند نشانه مشکل باشد.



تخلیه کیسه وقتی یک سوم تا نصف پر شد

برای جلوگیری از نشی و سنگینی، کیسه را زمانی
که یک سوم تا نصف پر شد تخلیه کنید.



مراجعه به پزشک در صورت درد شدید

یا تغییر رنگ استوما

در صورت درد شدید، تغییر رنگ استوما (تیره، سیاه،
یا سفید) یا هر علامت غیرطبیعی دیگر، فوراً به پزشک
مراجعه کنید.

کولکتومی چیست؟

به زبان ساده، کولکتومی یعنی جراحی برای برداشتن بخشی از کولون (روده بزرگ).

در این جراحی، جراح بخش آسیب دیده روده (که ممکن است به دلیل سرطان، التهاب شدید یا انسداد باشد) را برمی دارد و سپس دو سر باقی مانده روده را به هم وصل می کند یا اگر شرایط اجازه ندهد، با استفاده از یک کیسه (استوما) تخلیه را انجام می دهد.

آمادگی قبل از عمل

انجام آزمایش ها: آزمایش خون، تصویربرداری و ارزیابی قلب و ریه.

تخلیه و پاکسازی روده: طبق دستور پزشک (مصرف ملین یا محلول های پاک کننده روده).

ناشتا بودن: معمولاً از ۶ تا ۸ ساعت قبل از عمل.

اطلاع رسانی داروها: به ویژه داروهای رقیق کننده خون.

قطع برخی داروها: طبق دستور پزشک.

ترک سیگار: در صورت مصرف.

بهداشت پوست: استحمام و رعایت بهداشت پوست قبل از جراحی.

مراقبت در منزل پس از ترخیص (کولکتومی)

1 داروهای تجویز شده را طبق دستور مصرف کنید.

2 زخم جراحی را تمیز و خشک نگه دارید.

3 رژیم غذایی سبک و پرمایع در روزهای اول، سپس افزایش تدریجی فیبر طبق توصیه پزشک.

4 روزانه پیاده روی سبک داشته باشید ولی از بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.

5 مصرف مایعات کافی.

6 در صورت تب، درد شدید شکم، قرمزی یا ترشح از زخم، تهوع و استفراغ شدید به پزشک مراجعه کنید.

با رعایت این مراقبت ها، بهبودی سریع تر و بازگشت سالم تری به زندگی روزمره خواهید داشت. سلامتی شما برای ما مهم است.

تغذیه پس از کولکتومی (بر اساس روزهای پس از عمل)

• مایعات شفاف: آب، آب سیب صاف شده، آب گوشت صاف شده و ژله. مصرف به صورت جرعه



• مایعات کامل: سوپ صاف، شیر در صورت تحمل و فرنی رقیق



• رژیم نرم: پوره سیب زمینی و برنج نرم، مرغ پخته ریش و ریش و تخم مرغ آب پز. ماست کم چرب



• رژیم کم فیبر: پرهیز از میوه با پوست، سبزیجات، حبوبات و غذاهای چرب و سرخ شده



• افزایش تدریجی فیبر و میوه نرم و سبزیجات پخته



نکات مهم



نوشیدن حداقل ۸ لیوان آب در روز



جویدن کامل غذا



پرهیز از نفاخ ها (نوشابه، حبوبات در ابتدا)



در صورت درد شکم شدید، اسهال مداوم یا عدم دفع اطلاع دهید

رعایت توصیه های تغذیه ای به بهبود سریع تر و جلوگیری از عوارض کمک می کند. در صورت داشتن هرگونه سوال با پزشک یا پرستار خود مشورت کنید.