

مددجوی گرامی: اکنون که برای مرخص شدن از بیمارستان آماده می شوید، لازم است نکاتی در مورد نحوه مراقبت از خود در منزل را بدانید. چنانچه پس از ترخیص، سوالی داشتید می توانید با این شماره ها تماس بگیرید:

۳۱۱۲۱۱۴۲ - ۳۱۱۲۲۲۲۱ (واحد حامیان بیمار)

مراقبت از زخم و پانسمان:

در مورد زمان حمام رفتن به هر آنچه پزشک تان گفت، با دقت عمل کنید.

بخیه ها می توانند به دو صورت جذبی و غیر جذبی استفاده شوند. بخیه های جذبی نیازی به کشیده شدن نداشته و جذب بدن خواهند شد.

هر روز محل عمل را بررسی کنید تا چرک (عفونت) نکرده باشد.

کبودی و ورم بعد از عمل غیرمعمول نیست و ممکن است مقدار کمی ترشحات از زخم خارج شود. وجود سفتی شکم یا ترشحات زیاد و مداوم را به پزشک اطلاع دهید.

طبق دستور پزشک، در صورت نیاز پانسمان محل جراحی را عوض کنید. معمولاً پس از گذشت دو روز، می توانید پانسمان روی زخم را بردارید. اگر همچنان از محل زخم مایعات ترشح می شود، لازم است پانسمان بر روی زخم قرار داشته باشد.

آنتی بیوتیک ها و لوسیون ها برای مراقبت از زخم لازم نیستند. شستشوی ملایم روزانه بسیار کمک کننده است.

نحوه تغذیه:

در هفته اول از مصرف غذاهای سنگین و نفاخ پرهیز شود ولی پس از آن محدودیتی ندارید. فقط باید غذا را در حجم کم مصرف کنید.

برای هضم بهتر غذا و پیشگیری از درد دوباره ناحیه عمل خوردن شش تا هشت وعده غذایی کوچک در روز و پرهیز از خوردن غذای زیاد در یک وعده توصیه می شود.

تا یک ماه مصرف غذاهای چرب و سرخ کردنی را محدودتر نمایید. بعد از آن مصرف چربی و تخم مرغ نیز در حد معمول آزاد است.

برخی افراد بعد از برداشتن کیسه صفرا دچار اسهال خفیف می شوند هرچند این مشکل با گذشت زمان و با رعایت رژیم غذایی کم فیبر و کم چربی برطرف خواهد شد.

مصرف بعضی غذاها مثل انواع خامه و سرشیر، شیرینی های خامه ای، شیر پر چرب و بستنی، سس مایونز و تخم مرغ، سوسیس و کالباس، کله پاچه، دل و جگر، پنیر پیتزا را محدود نمایید چون ممکن است باعث ایجاد سوء هاضمه و درد شود.

اگر با مصرف یک ماده غذایی دچار درد شدید، ۳ تا ۴ هفته از مصرف آن پرهیز کنید و سپس دوباره آن را امتحان کنید اگر مجدداً دچار مشکل شدید بهتر است برای همیشه از مصرف آن صرف نظر کنید.

افراد دیابتی باید در مصرف قند نیز احتیاطات لازم را به عمل آورند و از مصرف غذاهای شیرین شده با قند مصنوعی پرهیز نمایند.

توصیه هایی پس از عمل جراحی کیسه صفرا:

یک تا دو روز بعد از عمل جهت کاهش درد در وضعیت نیمه نشسته قرار بگیرید.

در هنگام سرفه کردن با استفاده از بالش و بی حرکت کردن محل برش جراحی، با دست از محل عمل حمایت کنید تا درد نداشته باشید.

برای تهیه کامل ریه ورزش تنفسی انجام دهید. در هر ساعت ۵ تا ۱۰ نفس عمیق بکشید و هر نفس را ۳ تا ۵ ثانیه نگه دارید.

معمولاً بعد از جراحی لاپاراسکوپی درد در شانه راست ایجاد می شود که به علت گاز وارد شده به شکم در حین عمل جراحی است. با قدم زدن و دفع گاز مذکور این درد کاهش می یابد. اگر درد شدید احساس کردید از مسکن های تجویز شده توسط پزشک استفاده نمایید.

وقتی کیسه صفرا را بردارید هنوز صفرا در بدن وجود دارد ولی مقدار کافی در روده کوچک برای هضم وجود ندارد بنابراین ممکن است با کمی مشکل برای هضم غذا روبرو شوید.



بسته آموزشی خود مراقبتی

جراحی کیسه صفرا

تهیه و تنظیم:

حسین دودکانلوی میلان (کارشناس پرستاری)

سحرفرح سا (کارشناس آموزش)

منابع مورد استفاده:

❖ برونر و سودارث / درسنامه پرستاری داخلی - جراحی ۲۰۲۲
/ انتشارات جامعه نگر

تدوین: فروردین ۱۴۰۱

دسترسی به سایت بیمارستان:

Tabrizhospital.ir

شماره تلفن جهت ارتباط با بیمارستان در صورت هر گونه

سوال یا راهنمایی:

۰۴۱۳۱۱۲۱۱۴۲ - ۰۴۱۳۱۱۲۲۲۲۱

علائم هشدار دهنده:

در صورت وجود هر کدام از موارد زیر با پزشک یا بیمارستان سریعاً تماس بگیرید یا به بیمارستان مراجعه کنید:

- درد شدید و مداوم
- تب بالای ۳۸ درجه
- استفراغ مداوم
- تورم، قرمزی، خونریزی یا بوی بد از محل بخیه
- درد شدید شکم و نفخ
- عدم وجود فعالیت روده ای به مدت ۲ تا ۳ روز بعد از جراحی
- زردی در پوست و چشم ها
- ادرار قرمز یا تیره رنگ
- مدفوع بی رنگ یا خاکستری
- ضعف و بیحالی یا بی اشتهايي شديد

زمان مراجعه بعدی به مطب پزشک معمولاً یک هفته بعد از مرخص شدن خواهد بود.

فعالیت در منزل:

زمان بهبودی شما بعد از جراحی برداشتن کیسه صفرا و بازگشت به فعالیتهای عادی، به روش جراحی بستگی دارد. معمولاً در یک هفته بعد از عمل اکثر بیماران قادر هستند که از تخت خارج شوند و توصیه می شود از این زمان به بعد، بیمار هر چه بیشتر راه برود.

حتی در این زمان می توانید به محل کار خود باز گردید ولی اجسام سنگین را جابه جا نکنید. برای بیمارانی که به روش باز جراحی شده اند مدت زمان استراحت بیشتر است. حدود ۴ تا ۶ هفته از انجام فعالیت ها و کار بدنی سنگین خودداری کنید.

به علت عوارض بیهوشی، تزریق داروهای مخدر و کم تحرکی ممکن است دچار یبوست بشوید. بنابراین بعد از اینکه به شما اجازه داده شد تا خوردن را آغاز کنید، مایعات فراوان و غذاهای فیبردار مصرف کنید و راه بروید. در صورت صلا حدید پزشک، از بعضی داروها می توانید استفاده کنید.