

مددجوی گرامی:

مددجوی گرامی: لازم است برخی موارد لازم در مورد نحوه

مراقبت از خود در منزل را بدانید. چنانچه پس از ترخیص،

سوالاتی در مورد مراقبت از خود داشتید می توانید با این

شماره ها تماس بگیرید:

۳۱۱۲۱۱۴۲ - ۳۱۱۲۲۲۲۱ (واحد حامیان بیمار)

آپاندیس چیست؟

آپاندیس یک برآمدگی کوچک در روده بزرگ است که جدار آن مسئول ترشح سلولهای ایمنی می باشد و در سیستم ایمنی بدن نقش دارد، البته نقش آن بصورتی نیست که نبودن آن برای فرد مشکل ایجاد کند بلکه وجود آن نقش کمکی در مسائل ایمنی دارد. آپاندیس در ناحیه تحتانی شکم و در سمت راست واقع می باشد. به التهاب و تورم آپاندیس، آپاندیسیت میگویند.

دلایل ایجاد آپاندیسیت چیست؟

انسداد آپاندیس به وسیله مواد مدفوعی، انگلها و یا رشد بیش از حد سلولهای دهانهای آپاندیس، بیماریهای التهابی روده مانند کرون و کولیت اولسروز، وارد شدن آسیب و تروما به شکم، ایجاد زخم در مخاط آپاندیس، حمله باکتریها و ویروسها. در شرایط فوق باکتریها تکثیر یافته و آپاندیس متورم و پر از چرک میگردد. همچنین انسداد موجب مختل شدن جریان خون و التهاب آپاندیس میگردد. آپاندیسیت یک اورژانس پزشکی محسوب گردیده و عدم درمان فوری آن عوارض مرگ بار را در پی خواهد داشت.

جراحی آپاندیس:

آپاندیسیت حاد، با عمل جراحی و برداشتن آپاندیس ملتهب درمان می شود. این جراحی یا از طریق جراحی باز و از یک برش در ناحیه پائین و راست شکم و یا از طریق لاپاراسکوپی و با ۳-۴ برش بسیار ریز انجام می شود.

اگر آبهسه در محل آپاندیس تشکیل شود، امکان دارد جراحی به تعویق افتد تا زمانی که آبهسه تخلیه شود و فرصت برای التیام آن باشد.

✓ تا زمانی که آپاندیسیت تشخیص داده نشده است از خوردن و آشامیدن بپرهیزید.

✓ گاهی لازم است برای بیمار لوله داخل بینی - معده ای گذاشته شود.

✓ داروهای ضد درد و آنتی بیوتیک تجویز خواهند شد.

مراقبهای بعد از عمل در بیمارستان:

در وضعیت نیمه نشسته بنشینید. (این وضعیت از وارد آمدن فشار بر شکم کاسته و درد را کم می کند)

برای کاهش درد برای شما مسکن تزریق خواهد شد.

طبق زمانی که پزشک و پرستار به شما می گوید از تخت به آرامی پائین آمده و راه بروید. ابتدا در لبه تخت نشسته و پاهایتان را آویزان کنید. سپس در صورت نداشتن سرگیجه، به آرامی و با کمک شروع به راه رفتن کنید.

به منظور کاهش عوارض بیهوشی و تخلیه بهتر ترشحات ریه در طول بستری در بیمارستان، هر یک ساعت ۱۰ الی ۱۵ نفس عمیق بکشید. هر نفس خود را ۳ الی ۵ ثانیه نگه داشته و سپس بازدم انجام دهید.

با گذاشتن دست خود روی محل عمل به آرامی سرفه کنید. یک نفر از همراهان یا پرستاران به آرامی پشت شما را بزند تا بتوانید سرفه کنید.

تا زمانی که به شما اجازه خوردن داده نشده است، ناشتا خواهید بود. در صورت بازگشت حرکات روده طبق دستور پزشک ابتدا مایعات داده می شود.

مراقبت در منزل:

بهبودی کامل پس از عمل جراحی آپاندیس ممکن است، چند هفته طول بکشد. پزشک در این دوره به بیمار توصیه می کند، فعالیت فیزیکی خود را محدود کرده و برای وی داروی ضد درد تجویز می شود. بهبودی پس از عمل لاپاراسکوپی سریعتر از عمل جراحی باز است.

داروهای تجویز شده توسط پزشک را در منزل طبق ساعتی دستور داده شده بطور دقیق مصرف نمایید.

فعالیت ها بعد از ترخیص:

حدود دو هفته بعد از عمل استراحت نسبی داشته باشید. زیاد در بستر قرار نگیرید و بیشتر راه بروید و سرفه کنید. پس از این مدت میتوانید به فعالیتهای طبیعی و روزمره خود ادامه دهید.

به مدت ۴-۶ هفته توصیه می شود که از تحرک شدید و انجام کارهای سنگین و برداشتن اجسام سنگین خودداری کنید.

توصیه می شود که پس از ۱۰ تا ۱۴ روز استراحت مطلق پس از عمل، برنامه ورزشی با پیاده روی کوتاه شروع شود.



بسته آموزشی خود مراقبتی

آپاندیسیت

تهیه و تنظیم:

حسین دودکانلوی میلان (کارشناس پرستاری)

سحر فرح 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:

۰۴۱۳۱۱۲۲۲۲۱-۰۴۱۳۱۱۲۱۱۴۲

نحوه تعویض پانسمن توسط پزشک به شما گفته خواهد شد.

شروع حمام بانظر پزشک جراح میباشد.

محل زخم را تمیز و پاکیزه و باز نگه دارید.

یک هفته تا ۱۰ روز بعد از عمل جراحی برای کشیدن بخیه های

ناحیه عمل به بیمارستان یا پزشک معالج خود مراجعه نمائید.

در صورت مشاهده موارد زیر سریعا به پزشک مراجعه

نمائید:

تب مساوی یا بیش از ۳۸/۲ درجه سانتیگراد، استفراغ مداوم،

افزایش درد شکمی، وجود خون در مدفوع یا محتویات استفراغ

شده و منگی یا سردرد شدید

منابع مورد استفاده:

❖ برونر و سودارث/ پرستاری داخلی - جراحی

❖ ۲۰۲۲- انتشارات جامعه نگر

❖ مصاحبه با پزشکان بیمارستان ولیعصر تبریز

هنگام ورزش های سبک و یا پیاده روی، نباید به ناحیه شکم فشاری وارد شود. اگر احساس خستگی دارید، باید از پیاده روی صرف نظر کرده و هرگز سعی نکنید مدت زمان طولانی را ورزش یا پیاده روی کنید.

رژیم غذایی:

روز مرخص شدن، بهتر است رژیم مایعات را ادامه دهید و به تدریج رژیم غذای معمولی را شروع کنید.

تا حد امکان از مواد پروتئینی مانند میوه جاتی که حاوی ویتامین C بیشتری می باشد استفاده کرده و از خوردن غذاهای نفاخ پرهیز نمائید.

در صورتی که احساس ناراحتی در ناحیه شکم دارید، سعی کنید غذاهای کم چرب مانند برنج ساده، مرغ آب پز، نان تست و ماست، مصرف کنید. نوشیدن مقدار زیادی مایعات توصیه می شود (مگر اینکه پزشک شما محدودیتی تعیین کرده باشد).

سعی کنید دچار یبوست نشوید. برای این کار غذاهای فیبردار، میوه و سبزیجات مصرف کنید. اگر بعد از چند روز، حرکت روده نداشته و همچنان یبوست داشته باشید، با پزشک تان در مورد مصرف ملین مشورت کنید.

مراقبت از زخم و پانسمن:

پانسمن ناحیه عمل قبل از ترخیص از بیمارستان تعویض شده و ناحیه عمل توسط پزشک و پرستار کنترل می شود. پانسمن ناحیه عمل پس از ۴۸ ساعت برداشته شود. از این پس ناحیه عمل نیاز به پانسمن ندارد مگر اینکه پزشک معالج شما دستور داده باشد.