



موضوع:

خود مراقبتی کله سیستمیت

تهیه و تدوین:

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی آیت الله کاشانی شهرکرد

سال ۱۴۰۳





# خود مراقبتی کله سیستیت

واحد آموزش به بیمار بیمارستان آیت الله کاشانی شهر کرد

## کله سیستیت

### نیازها و اولویتهای آموزشی بیماران کله سیستیت

مراقبت و آمادگی قبل از عمل

مراقبتهای بعد از عمل

آموزش رژیم غذایی بعد از عمل

آموزش میزان فعالیت و زمان خروج از بستر

آموزش مراقبت از زخم و استحمام بعد از عمل

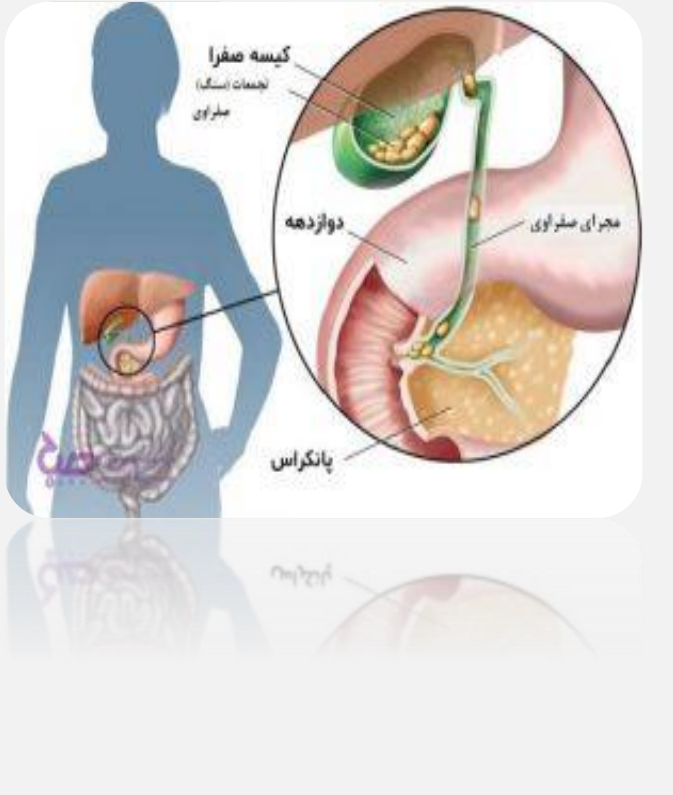
اجتناب از بلند کردن اجسام سنگین بعد از عمل

آموزش علائم عفونت محل زخم

مصرف صحیح داروها

پی گیری مجدد پس از ترخیص و مراجعه بعدی به پزشک

آموزش رژیم غذایی در منزل



### صفرا چیست؟

صفرا مایعی است که در کبد ساخته شده و در کیسه صفرا ذخیره و تغلیظ می گردد تا موقعی که بدن نیاز به هضم چربیها پیدا کند. در این زمان کیسه صفرا منقبض شده و صفرا را از طریق مجاری صفراوی به داخل روده کوچک می ریزد، جایی که صفرا به هضم چربیها کمک می کند .

### سنگهای صفرا چگونه تشکیل می شوند؟

سنگهای کیسه صفرا اجسام بلوری هستند که به دلیل سخت و متراکم شدن اجزای طبیعی و غیر طبیعی صفرا به وجود می آیند.

### نشانه های سنگ صفراوی چیست؟

بسیاری از افراد دارای سنگ صفراوی نشانه ای ندارند (۲۵٪).

درد به علت انسداد مجرای خروجی صفراوی (مجرای سیستیک) و معمولاً پس از خوردن غذای پر چرب و سنگین شروع می شود و ۳۰

دقیقه تا چند ساعت طول می کشد سپس بهبود می یابد.



# خود مراقبتی کله سیستیت

واحد آموزش به بیمار بیمارستان آیت الله کاشانی شهر کرد

این دردها در قسمت بالای شکم و زیر دنده های انتهایی راست حس می شود و به کتف و شانه راست و یا به اطراف معده (اپی گاستر) انتشار می یابد.

**سایر نشانه های سنگ صفراوی عبارتند از :**

تهوع و استفراغ، یرقان (زردی)، تب و لرز، مدفوع خاکستری

نفخ و سوء هاضمه

**اقدامات تشخیصی می تواند :**

آزمایش خون، سی تی اسکن، MRI، سونوگرافی کیسه صفرا باشد.

**درمان به دو روش انجام می شود:**

## **۱- لاپاراسکوپی:**

کله سیستکتومی (برداشتن کیسه صفرا) درمان انتخابی سنگ کیسه صفرا و التهاب حاد کیسه صفرا می باشد. کله سیستکتومی با لاپاراسکوپ امروزه بهتر از کله سیستکتومی با جراحی باز است.

در این روش چند برش کوچک بر روی شکم داده می شود و از طریق آنها ابزارهای جراحی داخل می شود و با استفاده از یک دوربین ویدئویی بسیار کوچک درون شکم تصویر برداری انجام و یک نمای بسته از اندامها و بافتها روی مونیتور منتقل می شود. جراح در حالیکه به نمایشگر نگاه می کند از این وسایل برای جدا کردن دقیق کیسه صفرا از کبد، مجاری و سایر ساختمانها استفاده می کند.

## **۲- جراحی باز:**

در برخی موارد جراحی باز به تشخیص پزشک برنامه ریزی می شود، بدین صورت که در آن جراح یک برش ۱۲ الی ۲۰ سانتی متری در شکم می زند تا کیسه صفرا را بردارد.

این یک جراحی بزرگ محسوب می شود. در حدود ۵ درصد جراحی های کیسه صفرا نیاز به جراحی باز می باشد.



## خود مراقبتی کله سیستیت

واحد آموزش به بیمار بیمارستان آیت الله کاشانی شهر کرد

### آمادگی قبل از عمل کیسه صفرا:

در صورت ابتلا به بیماری، وجود سابقه سکته قلبی، سکته مغزی، فشار خون، مرض قند بیماری های ریوی شدید و آسم، آنرا به پزشکان خود اطلاع دهید. لازم است قبل از اقدام به جراحی، مشاوره جهت ارزیابی قبل از عمل و تحمل بیهوشی به عمل آید.

نوع داروهای مورد مصرف که به علل مختلف تجویز شده ممکن است در جراحی و بیهوشی تداخل اثر داشته باشد پس بهتر است تمام داروهای مصرفی را به اطلاع پزشک تان برسانید.

اگر وارفارین، آسپرین، پلاویکس مصرف می کنید آنرا به اطلاع پزشک خود برسانید.

۸ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید.

وسایل فلزی (گل سر، زیورات، دندان مصنوعی و ...) باید خارج شود.

لازم است بهداشت فردی کاملاً رعایت گردد.

روز قبل از عمل باید حمام کرده، موهای زائد روی شکم تراشیده و داخل ناف شستشو شود.

### مراقبت بعد از عمل:

❖ مدت زمان لازم تا هوشیاری کامل در افراد مختلف، متفاوت و به طور متوسط یک تا سه ساعت است. در این مدت اتاق بیمار باید خلوت باشد تا پرستار بخش بتواند علائم حیاتی بیمار را کنترل کنند.

❖ ممکن است بیمار استفراغ کند که بلافاصله به پرستار خود اطلاع دهید.

❖ شش تا هشت ساعت بعد از عمل جراحی لاپاروسکوپی طبق دستور پزشک معمولاً به بیمار مایعات همچون آب، چای، آب میوه و آب کمپوت داده می شود و در صورتی که بتواند تحمل کند به بیمار رژیم معمولی نرم کم چربی به بیمار داده می شود.

❖ نفس عمیق بکشید تا دچار مشکل ریوی نشوید و در هنگام بروز سرفه جهت جلوگیری از درد محل عمل را با دست بگیرید.

❖ جهت شروع فعالیت ها توصیه می شود که فعالیت قدم زدن بلافاصله بعد هوشیاری کامل شروع شود برای راه رفتن، ابتدا با کمک در لبه تخت بنشینید و اگر سرگیجه و تهوع نداشتید با کمک راه بروید، زیرا دراز کشیدن به مدت طولانی بهبودی شما را به تاخیر می اندازد.

❖ می توانید ۱ تا ۲ روز بعد از ترخیص به حمام رفته و دوش سرپایی بگیرید، محل عمل را شست و شو و خشک نمایید.



## خود مراقبتی کله سیستیت

واحد آموزش به بیمار بیمارستان آیت الله کاشانی شهر کرد

- ❖ روز اول بعد از ترخیص مایعات و غذای نرم مصرف کنید و از روز دوم در صورتیکه احساس نفخ نداشته باشید، می توانید غذای معمولی استفاده نمایید.
- ❖ پس از برداشتن کیسه صفرا از یک رژیم غذایی حاوی پروتئین و کربوهیدرات مثل برنج، ماکارونی یا نان، میوه های پخته و سیب زمینی آب پز استفاده کنید. از خوردن غذاهای نفاخ و پرچربی بعد از عمل خودداری کنید . تا یک هفته پس از جراحی از رژیم غذایی پرفیبر مصرف شود و از بیوست جلوگیری شود ،مصرف میوه و سبزیجات توصیه می شود.
- ❖ طی ۴ تا ۶ هفته آینده به آرامی چربی را وارد رژیم غذایی کنید، بهترین راه تامین چربی استفاده از چربی های گیاهی، گوشت بدون چربی، شیر کم چرب و گوشت ماهی است.
- ❖ در اکثر موارد در اولین روز بعد از عمل مرخص خواهید شد.
- ❖ بعد از ۳-۴ روز می توانید رانندگی کنید، بهتر است تا یک هفته تنها به سفر نروید.
- ❖ می توانید از روز پنج بعد از عمل فعالیت عادی داشته باشید
- ❖ بهتر است تا یک هفته فعالیت جنسی نداشته باشید.
- ❖ در صورت تمایل یک هفته بعد از عمل می توانید به سرکار خود باز گردید، و مدت مرخصی استعلاجی بعد از لاپاروسکوپی سنگ صفاوی ۲ تا ۳ هفته است.
- ❖ بهتر است از برداشتن اجسام سنگین تا چند ماه خودداری کنید.
- ❖ ممکن است از درد اطراف ناف بعد از لاپاراسکوپی، شاکمی باشید که به علت تحرک شماست.
- ❖ داروهای تجویزی را منظم مصرف نموده و در تاریخ تعیین شده به پزشک مراجعه نمایید.
- ❖ قبل از ترخیص هر سوالی در ذهن خود دارید، از پرستار و پزشک خود بپرسید.

### مراقبتهای بعد از ترخیص :

- ❖ در صورت مشاهده هرگونه تغییر در محل عمل جراحی مانند:
- ❖ در صورت داشتن علائم التهاب و عفونت مثل : تب بالای ۳۷,۷ بیشتر از دو روز متوالی ، قرمزی ، تورم و سفت شدن محل عمل ، ترشحات زرد و بد بو و حساسیت و درد اطراف زخم جراحی



## خود مراقبتی کله سیستیت

واحد آموزش به بیمار بیمارستان آیت الله کاشانی شهر کرد

- ❖ در صورت درد مداوم شکم، به خصوص اگر به مرور بدتر شود.
- ❖ تهوع یا استفراغ شدید
- ❖ یرقان یا زردی (زرد شدن پوست و چشم)
- ❖ کمبود حرکت روده و نداشتن دفع مدفوع بیش از سه روز پس از جراحی
- ❖ عدم توانایی انتقال گاز بیش از سه روز پس از جراحی
- ❖ اسهال مکرر که بیش از سه روز پس از جراحی طول می کشد.
- ❖ فورا به پزشک معالج خود مراجعه نمایید.
- ❖ داروهای تجویز شده توسط پزشک را در منزل طبق ساعت‌های دستور داده شده بطور دقیق مصرف نمایید.
- ❖ در صورتی که به روش باز جراحی شما انجام شده است ظرف مدت ۷ تا ۱۰ روز بعد از عمل، جهت کشیدن بخیه ها به اورژانس یا پزشک خود مراجعه نمایید.

### چند نمونه از تشخیص‌های پرستاری در بیماران تحت عمل جراحی

اختلال در راحتی در ارتباط با درد حاد	درد حاد
خطر بروز تاخیر در بهبودی بعد از جراحی	تهوع
خطر احتباس ادراری	خطر خونریزی
الگوی تنفسی نامناسب پس از جراحی به علت	خطر عفونت
هایپوونتیلاسیون و عدم تحرک	اضطراب
اختلال در الگوی خواب	کمبود آگاهی
	اختلال در حرکات گوارشی
	خطر شوک

منابع:

- Nanda nursing diagnoses 2021-2023
- Brunner Suddarth's textbook of Medical surgical Nursing 2018
- <https://familydoctor.org>