

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

برداشتن تومور مثانه از طریق پیشابراه (TURB)

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص برداشتن تومور مثانه از طریق پیشابراه (TURB) طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

❖ اقدامات قبل از عمل

- ✓ در صورت داشتن سابقه بیماری، سابقه حساسیت (دارویی، غذایی) پرستار و پزشک معالج و متخصص بیهوشی را در جریان امر قرار دهید.
- ✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید که تحت درمان هستید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود.
- ✓ شب قبل از عمل، شام سبک مثل سوپ یا سالاد بخورید. بعد از نیمه شب و صبح قبل از عمل، از خوردن و آشامیدن اجتناب کنید. حتی چای، قهوه و آب هم ننوشید.
- ✓ از روز قبل از عمل مصرف شیر، حبوبات، سبزیجات و غذاهای نفخ ممنوع می‌باشد.
- ✓ قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه (ادرار) را تخلیه نمایید.
- ✓ ممکن است برای شما سوند ادراری تعبیه شود.
- ✓ موهای زائد محل پیشابراه را تمیز نمایید.
- ✓ کلیه داروهای مربوط به بیماری قلبی، فشار خون و آسم و غیره را حتماً صبح روز عمل همراه با مقدار اندکی آب میل کنید.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل زیور آلات، اجسام فلزی، گیره سر، دندان مصنوعی و غیره را خارج کنید.
- ✓ کلیه لباس‌ها (لباس زیر، جوراب و ...) را در آورید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل برای شما سرم وصل شده و برای پیشگیری از عفونت طبق دستور پزشک آنتی بیوتیک تزریق می‌شود.
- ✓ عمل شما تحت بیهوشی عمومی یا بی حسی نخاعی انجام می‌شود.
- ✓ اگر در هفته قبل از عمل جراحی نیاز به مسکن خفیف داشتید، به جای استفاده از آسپرین، ایبوپروفن و یا ناپروکسن از استامینوفن استفاده کنید. از داروهای حاوی آسپرین مثل داروهای سرماخوردگی بدون نسخه اجتناب کنید. این کار از خونریزی اضافی شما در طول عمل جلوگیری می‌کند.
- ✓ اگر به دلیل یک مشکل پزشکی روزانه آسپرین مصرف می‌کنید، از پزشک خود درباره لزوم قطع مصرف آن قبل از عمل جراحی سوال کنید.
- ✓ از مصرف سیگار و دخانیات در چند ماه قبل و بعد از عمل جراحی اجتناب کنید.

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ چند ساعت پس از عمل برداشتن تومور از طریق پیشابراه به دستور پزشک باید ناشتا باقی بمانید سپس رژیم مایعات در حد ظرفیت بدن شما شروع می‌شود.
- ✓ در صورت داشتن تهوع و استفراغ از مصرف مواد غذایی خودداری نمایید.
- ✓ ساده ترین راه پیشگیری عفونت های ادراری مصرف مایعات است لذا روزانه ۸ لیوان آب مصرف کنید.

❖ فعالیت

- ✓ در بستر پاها را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود. بهتر است هر چه زودتر از بستر خارج شده و راه بروید.
- ✓ پس از هوشیار شدن ابتدا بنشینید، سپس پاهای خود را از لبه تخت آویزان کنید. در صورت نداشتن سرگیجه و تاری دید و ... از تخت خارج شوید. دقت کنید حتما پرستار بخش را در زمان خارج شدن از تخت مطلع فرمایید تا در کنار شما باشد.
- ✓ شب اول را استراحت نمایید از روز بعد شروع به ورزش و تحرک نمایید.

❖ مراقبت

- ✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع دهید تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام گیرد.
- ✓ در صورتیکه درد مقاوم باشد و با مسکن تسکین پیدا نکرد به پزشک خود اطلاع دهید.
- ✓ از دستکاری سرم‌ها و رابط‌های متصل به خود خودداری کنید.
- ✓ داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار برای شما اجرا خواهد شد.
- ✓ در صورت کاهش برون ده ادراری پرستار را مطلع کنید.
- ✓ ممکن است در ادرار خون داشته باشید این مسئله در مورد تمام بیماران مورد انتظار است.
- ✓ وجود خون در ادرار، تهوع و استفراغ، سوزش، تکرر و تأخیر ادراری را به پزشک اطلاع دهید.

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

برداشتن تومور مثانه از طریق پیشابراه (TURB)

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفایبر (میوه ها و سبزیجات) حاوی سبوس و مایعات فراوان استفاده کنید.
- ✓ این بیماران نیاز به کالری و پروتئین کافی برای پیشرفت بهبودی، بدست آوردن توان و قدرت و داشتن وزن سالم دارند.
- ✓ پزشک و متخصص تغذیه می توانند درمورد روش های حفظ تغذیه سالم توصیه های لازم به بیمار بدهند.
- ✓ فراموش نکنید که تهیه انواع غذاهای مورد علاقه، در افزایش میل بیماران به خوردن در بیماران موثر می باشد.
- ✓ از نوشیدنی های مناسب مانند: (آب، چای کمرنگ تازه دم)، لیموترش، لیموشیرین، پرتقال وسایر مرکبات به غیر از گریپ فروت استفاده کنید.
- ✓ مصرف نوشابه های کافئین دار، چای پررنگ و نوشابه های گازدار را محدود کنید.
- ✓ مصرف انواع میوه و سبزی را در رژیم غذایی خود افزایش دهید. از مصرف غذاهای حاوی نمک زیاد خودداری شود.

❖ فعالیت

- ✓ ورزش های سبک در فضای باز مثل قدم زدن، دوچرخه سواری برای شما مفید است و از انجام کارهای سنگین باید خودداری کنید.
- ✓ از فعالیت های فیزیکی سنگین که موجب تغییرات درجه حرارت زیاد بدن می گردد، خودداری کنید.

❖ مراقبت

- ✓ سوند ادراری با اجازه پزشک خارج خواهد شد.
- ✓ در صورت کاهش برون ده ادراری پزشک خود را مطلع کنید.
- ✓ از پزشکتان بخواهید که لیستی از داروهایی که نباید در این دوران مصرف کنید، را به شما بدهد.
- ✓ به مدت یک تا دوهفته بعد از عمل خون در ادرار دیده می شود، نگران نباشید و کافی است مایعات بیشتر مصرف کنید و به پزشک خود اطلاع دهید.
- ✓ ممکن است مجدداً نیاز به انجام عمل جراحی داشته باشید.
- ✓ با پزشک خود در مورد ادامه درمان همکاری لازم را داشته باشید و درمان خود را تکمیل نمایید.

❖ دارو

- ✓ داروهای تجویز شده را دقیقاً طبق دستور پزشک مصرف کنید.
- ✓ در صورت داشتن درد شما می توانید با مشورت پزشک از انواع مسکن ها استفاده نمایید.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ حدود یک هفته پس از عمل جراحی جهت بررسی و مشخص شدن نتیجه کار
- ✓ در صورت درد، تب یا خونریزی شدید ادراری، احتباس ادراری و ...