

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

جراحی معده

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص

جراحی معده طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

❖ اقدامات قبل از عمل

- ✓ شب قبل از عمل استحمام کرده و ناحیه جراحی را کاملاً شیو کنید. این کار باعث کاهش احتمال عفونت می‌شود.
- ✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید که تحت درمان می‌باشید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود.
- ✓ روز عمل کلیه اشیاء فلزی از جمله زیور آلات، گیره سر، لنزو اعضاء مصنوعی خود را خارج کنید و سپس لباس اتاق عمل خود را بپوشید.
- ✓ بی حرکتی پس از عمل می‌تواند باعث رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه ها گردد، لذا ورزش‌های تنفسی و چرخش پا را که به شما آموزش داده می‌شود، را بلافاصله پس از عمل انجام دهید.
- ✓ نیازهای تغذیه‌ای بر اساس توده عضلانی تعیین می‌شود و هر گونه کمبود تغذیه‌ای قبل از عمل اصلاح می‌شود این کار امکان در دسترس قرار دادن پروتئین کافی جهت ترمیم بافت را فراهم می‌کند.
- ✓ برای جلوگیری از آسپیراسیون و استفراغ باید قبل از تجویز داروهای بیهوشی معده و روده تخلیه شود و همچنین برای جلوگیری از احتباس روده‌ای و ... تخلیه مثانه انجام می‌شود.
- ✓ آزمایش خون، رادیوگرافی‌ها و دیگر تست‌های تشخیصی انجام می‌شود.
- ✓ جهت جلوگیری و کنترل عفونت آنتی بیوتیک پروفیلاکسی قبل از عمل تزریق می‌شود.
- ✓ محدود شدن مصرف چربی و مایعات حد اقل ۸ ساعت قبل از عمل که بسته به نوع عمل، خالی بودن معده و روده توسط پزشک تعیین می‌شود.

❖ تغذیه

- ✓ نخوردن غذا و مایعات تا زمانی که پزشک دستور داده است.
- ✓ بعد از اجازه پزشک جهت شروع رژیم غذایی و پس از خارج شدن سوند معده ابتدا رژیم مایعات و ترجیحاً مایعات سرد آغاز می‌شود.
- ✓ رژیم ابتدایی شما مایعات رقیق و به تدریج بر غلظت آن افزوده می‌شود.

❖ فعالیت

- ✓ در بستر پاها را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود. بهتر است هر چه زودتر از بستر خارج و راه بروید. (افزایش فعالیت در روز اول عمل جراحی)
- ✓ برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمائید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

جراحی معده

❖ مراقبت

- ✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.
- ✓ وضعیت تغذیه شما از طریق سرم تراپی تامین خواهد شد از دستکاری سرم و رابطها اجتناب کنید.
- ✓ داروها و آنتی بیوتیک ها طبق تجویز پزشک در فواصل مشخص توسط پرستار برای شما استفاده می شود.
- ✓ نظافت بینی و شستشوی دهان را رعایت کنید.
- ✓ ترشحات معده تا حدود ۱۲ ساعت اول بعد از عمل ممکن است کمی خون آلود باشد و کنترل ترشحات و ساکشن به عهده پرستار و پزشک میباشد.
- ✓ سوند معده به دستور پزشک خارج می شود از دستکاری آن اجتناب نمایید.
- ✓ پس از شروع رژیم در صورت نفخ شکم اطلاع دهید.
- ✓ هر گونه علایم کم آبی مانند تشنگی، خشکی مخاط و کاهش دفع ادرار را گزارش دهید.
- ✓ پانسمان و کنترل درن از نظر افزایش ترشحات و اطمینان از فعال بودن آن جهت خروج ترشحات توسط پرستار صورت می گیرد.

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

جراحی معده

❖ رژیم غذایی

- ✓ غذا را به مقدار کم و در وعده های متعدد میل نمایید. (پنج تا شش مرتبه در روز)
- ✓ غذا را آهسته میل نمایید و آن را کاملا بجوید تا بزاق به غذا اضافه گردد و بهتر هضم شود.
- ✓ از غذاهای خیلی خیلی سرد، ادویه ها (فلفل، زردچوبه، زعفران، زیره و...)، پیاز و سیر، قهوه، کاکائو، ترشی ها، انواع نوشابه ها (کوکاکولا و پپسی) پرهیز نمایید.
- ✓ از مصرف قندهای ساده خود داری شود (مثال: ژله، کیک، آب نبات، فرنی)
- ✓ رژیم غذایی این بیماران باید غنی از پروتئین و از لحاظ چربی متوسط باشد.
- ✓ از خوردن و آشامیدن سه ساعت قبل از خواب اجتناب نمایید.
- ✓ از مصرف آب درطی غذا خوردن پرهیز نمایید.
- ✓ موقع صرف غذا وضعیت نیمه نشسته و پاها خمیده باشد.
- ✓ حداقل نیم ساعت پس از هر وعده غذایی دراز بکشید.
- ✓ مایعات و آب را یک ساعت قبل از غذا و دو ساعت بعد از غذا می توانید بنوشید.
- ✓ سعی نمایید رژیم غذایی کم نمک داشته باشید.
- ✓ موقع خواب سر را بالاتر نگه دارید تا از برگشت غذا جلوگیری شود.
- ✓ آروغ زدن سبب می شود هوای بلعیده شده در حین خوردن غذا را خارج نماید لذا آروغ با دهان باز انجام دهید و سعی نمایید غذا را سریع نخورید.
- ✓ اگر بعد از خوردن مواد غذایی علائمی شامل احساس پری در زیر ناحیه جناغ سینه، گرفتگی عضلات شکم، تهوع، صدا کردن روده ها و میل به دفع اجابت مزاج ایجاد شود نگران نشوید بلکه برای رفع موارد فوق لازم است مقدار غذای خوراکی را کاهش و به دفعات مکرر میل نمایید و رژیم مایعات مصرف نکنید و غذای مصرفی پروتئین، و کم کربوهیدرات (مواد قندی، نشاسته ای، نان، ماکارونی) باشد و بعد از خوردن غذا کمی استراحت نمایید و در صورت عدم کاهش مشکلات فوق به جراح معالج خود مراجعه نمایید.
- ✓ حبوبات (نخود، لوبیا، عدس و.....) جزء مواد غذایی نفاخ است برای کاهش نفخ می توانید حبوبات را به مدت یک ساعت قبل از پختن خیس کنید.
- ✓ هر روز ۳۰ مرتبه تنفس عمیق بکشید (مثلا داخل یک لوله شیشه ای آب دار همراه با رابط فوت نمایید.) و روزی چندین مرتبه حتما سرفه کنید.
- ✓ سعی کنید از داروهای نظیر ویتامین B12، اسید فولیک و آهن طبق دستور جراح معالج خود مصرف نمایید چون این عمل جراحی اختلال جذب در مورد فوق ایجاد می نماید.
- ✓ سعی کنید ویتامین A، C، آهن زیاد مصرف کنید.
- ✓ گاهی ۳۰-۵ دقیقه بعد از خوردن مواد غذایی علائمی نظیر سرگیجه، رنگ پریدگی، تعریق، تپش قلب، اسهال، تهوع، غش ممکن است ایجاد شود که گهگاهی این علائم ۱۲-۶ ماه بعد کاهش می یابد. لذا توصیه می شود برای کاهش این عارضه غذا را کاملا در دهان جویده و به مقدار کم میل نمایید و بعد از خوردن غذا اندکی دراز بکشید تا غذا در روده ها پخش شود.

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

جراحی معده

❖ فعالیت

- ✓ بهتر است چند هفته اول را از کار بدنی سنگین پرهیز نمایید.
- ✓ در طول روز استراحت داشته باشید.

❖ مراقبت

- ✓ برش جراحی را تمیز و خشک نگهدارید.
- ✓ بخیه ها معمولا یک هفته پس از عمل کشیده می شوند و در همین حدود هم کار روزانه خود را شروع کنید.
- ✓ دندانها و پوسیدگی های آن را ترمیم نمایید.
- ✓ اگر دچار مشکل هنگام بلع غذا شدید به جراح خود مراجعه نمایید.
- ✓ در صورت داشتن حالت تهوع و استفراغ از بوهای زننده و تند، خوردن غذاهای پرحجم، قرارگرفتن در محیط گرم یا شلوغ خودداری کنید.
- ✓ هر هفته خود را وزن کنید و در صورت کاهش شدید وزن به جراح معالج خود مراجعه نمایید.
- ✓ شستشوی مرتب دهان همراه با محلولهای خوش طعم دهان شویه، سرم فیزیولوژی، آب نمک رقیق، جوش شیرین موثر می باشد.
- ✓ از کشیدن تنباکو، سیگار که باعث تشدید التهاب مری می شوند خودداری کنید و سعی نمایید در معرض دود سیگار هم نباشید.

❖ دارو

- ✓ داروهای تجویز شده توسط پزشک (مانند آنتی بیوتیک در ساعات معین) طبق دستور مصرف نمائید و تا اتمام کامل مصرف نمایید.
- ✓ در صورت مصرف قرص های آسپرین، کورتون، فنیل بوتازون با پزشک مشورت نمایید.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ در صورت داشتن علامت های از قبیل: تهوع، استفراغ مداوم، اسهال، نفخ یا اتساع شکم، از دست رفتن مداوم وزن، مدفوع چرب، درد و سوزش بالای معده که پس از غذا خوردن بدتر شود به پزشک معالج خود مراجعه نمایید.