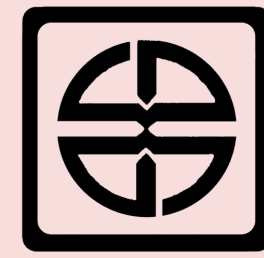




دانشگاه دامغان

مرکز مشاوره و سبک زندگی

# نیاز های آموزشی ، اولویت بندی، دستورالعمل و راهنمای آموزش به بیمار ۱۴۰۳



دانشگاه علوم پزشکی سمنان  
مرکز آموزشی پژوهشی درمانی ولایت  
واحد آموزش سلامت



## نیازها و اولویت های آموزشی بیماران کله سیستیت

بهبتر است بیمار انواع روش های درمانی، جراحی سنگ و التهاب کیسه صفرا را بداند.

بیمار باید مراقبت ها و آمادگی قبل از عمل را آموزش ببیند.

بیمار باید مراقبت های بعد از عمل را آموزش ببیند.

بیمار باید آموزش رژیم غذایی مناسب بعد از عمل را ببیند.

بیمار باید میزان فعالیت و زمان خروج از تخت را بداند.

بیمار باید نحوه مراقبت از زخم و زمان استحمام را بداند.

بیمار باید از بلند کردن اجسام سنگین بعد از عمل را پرهیزد.

بیمار باید علائم عفونت محل زخم و سایر علائم هشدار را بداند.

بیمار باید روش و زمان مصرف صحیح داروها، اثرات و عوارض آن را بداند.

بیمار باید پیگیری مجدد پس از ترخیص و مراجعه بعدی به پزشک را بداند.

بیمار باید در صورت وجود داشتن کاتتر نحوه مراقبت و تخلیه آن را بداند.



## 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 چربی ها 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 چربی ها کمک می کند.

## سنگ های صفرا چگونه تشکیل می شوند؟

سنگ های 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؟

جرا بسیاری از افراد دارای سنگ صفراوی نشانه ای ندارند. (۲۵%)  
درد به علت انسداد مجرای خروجی صفراوی (مجرای سیستیک) و معمولا پس از خوردن غذای پر چرب و سنگین شروع می شود و ۳۰ دقیقه تا چند ساعت طول می کشد سپس بهبود می یابد.  
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 (پی گاستر) انتشار می یابد.

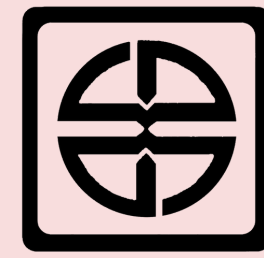




دانشگاه دامغان

مرکز مشاوره و سبک زندگی

# نیاز های آموزشی ، اولویت بندی، دستورالعمل و راهنمای آموزش به بیمار ۱۴۰۳



دانشگاه علوم پزشکی سمنان  
مرکز آموزشی پژوهشی درمانی ولایت  
واحد آموزش سلامت



## 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 دوروش انجام می شود :

### لاپاراسکوپی:

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

در این روش چند برش کوچک بر روی شکم داده می شود و از طریق آن ها ابزارهای جراحی داخل می شود و با استفاده از یک دوربین ویدیویی بسیار کوچک درون شکم تصویر برداری انجام و یک نمای بسته از اندام ها و بافت ها روی مانیتور منتقل می شود. جراح در حالی که به نمایشگر نگاه می کند از این وسایل برای جدا کردن دقیق کیسه صفرا از کبد، مجاری و سایر ساختمان ها استفاده می کند.

### 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.

## آمادگی قبل از عمل کیسه صفرا :

- در صورت ابتلا به بیماری، وجود سابقه سکت قلبی، سکت مغزی، فشارخون، مرض قند، بیماری های ریوی شدید و آسم، آن را 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 پزشکتان برسانید.
- اگر وارفارین، آسپرین، پلاویکس مصرف می کنید آن را به اطلاع پزشک خود برسانید.
- ۸ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید.
- وسایل فلزی (گل سر، زیورآلات، دندان مصنوعی و...) باید خارج شود.
- لازم است بهداشت فردی کاملا 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 علایم حیاتی بیمار را کنترل کنند.
- ممکن است بیمار استفراغ کند که بلافاصله به پرستار خود اطلاع دهید.
- ۶ تا ۸ ساعت بعد از عمل جراحی لاپاروسکوپی طبق دستور پزشک معمولا 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.

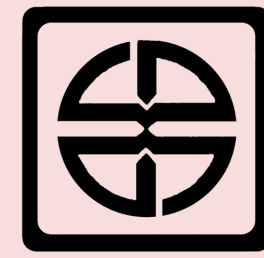




دانشگاه دامغان

مرکز مشاوره و سبک زندگی

# نیاز های آموزشی ، اولویت بندی ، دستورالعمل و راهنمای آموزش به بیمار ۱۴۰۳



دانشگاه علوم پزشکی سمنان  
مرکز آموزشی پژوهشی درمانی ولایت  
واحد آموزش سلامت



- روز اول بعد از ترخیص مایعات و غذای نرم مصرف کنید و از روز دوم در صورتی که 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 رژیم غذایی پرفیبر مصرف شود و از یبوست 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 ۵ روز 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 سر کار 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، شاکی 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.

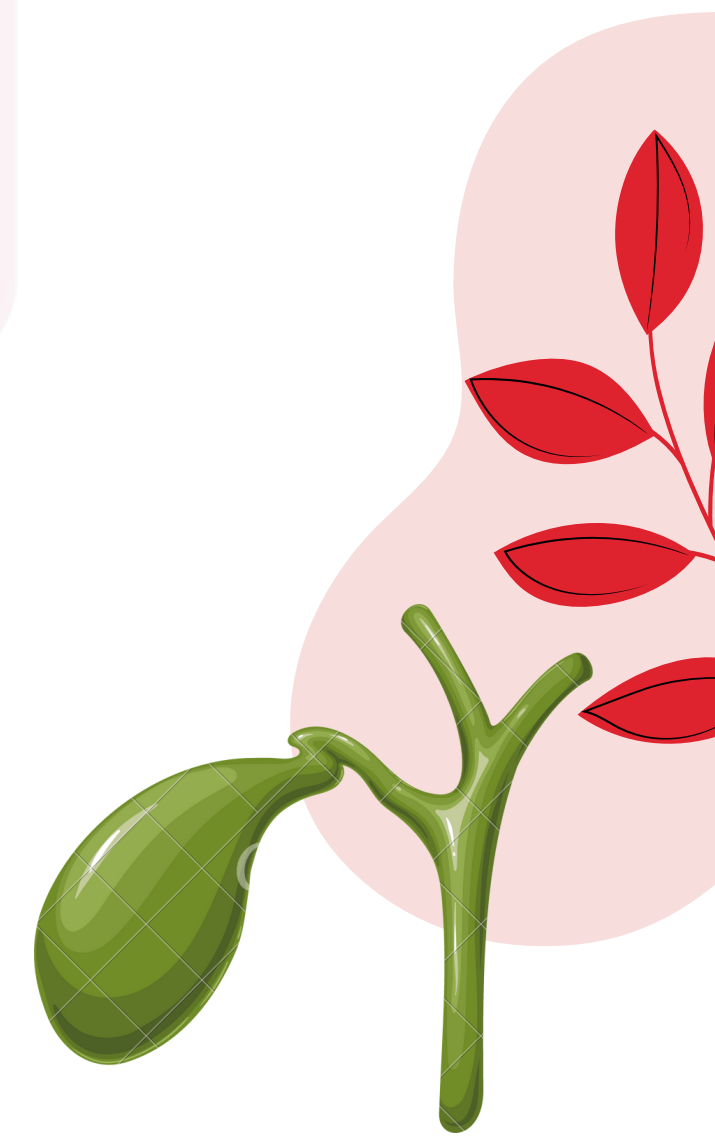
## مراقبت های بعد از ترخیص :

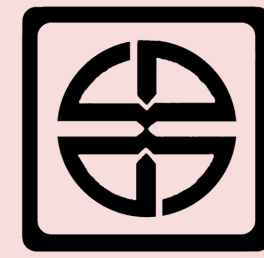
در صورت مشاهده علائم زیر فوراً به پزشک معالج خود مراجعه کنید:

- در صورت مشاهده هرگونه تغییر در محل عمل جراحی
- 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
- 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.

## مصرف داروها :

- داروهای تجویز شده توسط پزشک را در منزل طبق ساعت های 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.





### تشخیص های پرستاری شایع در بیماران تحت عمل جراحی

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



#### منابع:

- Nanda nursing diagnoses 2021-2023
- Brunner Suddarth's textbook of Medical surgical Nursing 2018
- <https://familydoctor.org>
- راهنمای بالینی پرستاری مبتنی بر شواهد
- کارگروه درون بخشی آموزش به بیمار بخش های داخلی و سی سی یو

