



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 می شود.
- ✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید که تحت درمان می باشید، 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، لنز و اعضاء مصنوعی خود را خارج کنید و سپس لباس اتاق عمل خود را بپوشید.
- ✓ بی حرکتی پس از عمل می تواند باعث رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه ها گردد، لذا ورزش های تنفسی و چرخش پا را که به شما آموزش داده می شود، را بلافاصله پس از عمل انجام دهید.
- ✓ نیازهای تغذیه ای بر اساس توده عضلانی تعیین می شود و هر گونه کمبود تغذیه ای قبل از عمل اصلاح می شود این کار امکان در دسترس قرار دادن پروتئین کافی جهت ترمیم بافت را فراهم می کند.
- ✓ برای جلوگیری از آسپیراسیون و استفراغ باید قبل از تجویز داروهای بیهوشی معده و روده تخلیه شود و همچنین برای جلوگیری از احتباس روده ای و ... تخلیه مثانه انجام می شود.
- ✓ آزمایش خون، رادیوگرافی ها و دیگر تست های تشخیصی انجام می شود.
- ✓ جهت جلوگیری و کنترل عفونت آنتی بیوتیک پروفیلاکسی قبل از عمل تزریق می شود.
- ✓ 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 می شود.

❖ 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 می شود.
- ✓ رژیم ابتدایی شما مایعات رقیق و به تدریج بر غلظت آن افزوده می شود.

❖ 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 بیوتیکها 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 می باشد.
- ✓ 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 وعده‌های متعدد میل نمایید. (پنج تا شش مرتبه در روز)
- ✓ غذا را آهسته میل نمایید و آن را کاملاً بجوید تا بزاق به غذا اضافه گردد و بهتر هضم شود.
- ✓ از غذاهای خیلی خیلی سرد، ادویه‌ها (فلفل، زردچوبه، زعفران، زیره و...)، پیاز و سیر، قهوه، کاکائو، ترشی‌ها، انواع نوشابه‌ها (کوکاکولا و پپسی) پرهیز نمایید.
- ✓ از مصرف قندهای ساده خودداری شود (مثال: ژله، کیک، آبنبات، 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 در طی 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 می‌توانید 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 می‌شود 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 روده‌ها 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، نشاسته‌ای، 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 می‌توانید حبوبات را به مدت یک ساعت قبل از پختن خیس کنید.
- ✓ هر روز ۳۰ مرتبه نفس عمیق بکشید (مثلاً داخل یک لوله شیشه‌ای آبدار همراه با رابط فوت نمایید) و روزی چندین مرتبه حتماً سرفه کنید.
- ✓ سعی کنید از داروهای نظیر ویتامین B۱۲، اسیدفولیک و آهن طبق دستور جراح معالج خود مصرف نمایید چون این عمل جراحی، اختلال جذب در موارد فوق ایجاد می‌نماید.
- ✓ 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 می‌یابد. لذا توصیه می‌شود برای کاهش این عارضه غذا را کاملاً در دهان جویده و به مقدار کم میل نمایید و بعد از خوردن غذا اندکی دراز بکشید تا غذا در روده‌ها 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.
- ✓ بخیه‌ها معمولاً یک هفته پس از عمل کشیده می‌شوند و در همین حدود هم کار روزانه خود را شروع کنید.
- ✓ دندان‌ها و پوسیدگی‌های 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، قرار گرفتن در محیط گرم یا شلوع 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 دهان‌شویه، سرم فیزیولوژی، آب نمک رقیق و جوش شیرین موثر می‌باشد.
- ✓ از کشیدن تنباکو و سیگار که باعث تشدید التهاب مری می‌شوند خودداری کنید و سعی نمایید در معرض دود سیگار هم نباشید.

❖ دارو

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

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ در صورت داشتن علامت‌های 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.