



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

فیستول و گرافت

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص **فیستول و گرافت** طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

❖ اقدامات قبل از عمل

- ✓ شب قبل از عمل استحمام کنید و موهای ناحیه جراحی را پاک کنید. این کار باعث کاهش احتمال عفونت می‌شود.
- ✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید و 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، لنز و 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 ریه‌ها گردد، لذا ورزش‌های تنفسی و چرخش پا که به شما آموزش داده می‌شود را بلافاصله پس از عمل انجام دهید.
- ✓ آزمایش خون، رادیوگرافی‌ها و دیگر آزمایش‌های تشخیصی قبل از عمل، را انجام دهید.
- ✓ ممکن است جهت جلوگیری و کنترل عفونت آنتی‌بیوتیک قبل از عمل تزریق شود.
- ✓ ۴ الی ۵ ساعت قبل از عمل از خوردن و آشامیدن خودداری کنید.

❖ محل گذاشتن فیستول یا گرافت

- ✓ مچ دست یا آرنج بهترین محل برای ایجاد فیستول می‌باشد.
- ✓ گرافت معمولاً در ساعد یا در قسمت بالایی بازو قرار داده می‌شود. گاهی نیز، در ساق پا یا دیواره قفسه سینه تعبیه می‌شود.

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ تا زمانی که پزشک دستور نداده است غذا و مایعات نخورید.

❖ فعالیت

- ✓ برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمایید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید

❖ مراقبت

- ✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع دهید تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما انجام شود.
- ✓ در صورت مشاهده خونریزی در محل عمل پرستار را مطلع کنید.
- ✓ بازوی خود را مستقیم و بالاتر از سطح قلب نگهدارید تا زمانی که محل عمل التیام یابد.
- ✓ اجازه ندهید دستی که گرافت یا فیستول دارد، خونگیری کند یا از آن فشار خون بگیرند یا دارویی در رگ‌های دست تزریق کنند.



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

فیستول و گرافت

- ✓ پانسمان محل عمل جراحی نباید سفت و محکم باشد.
- ✓ اگر در محل فیستول یا گرافت، زخم، تورم، قرمزی یا گرمی مشاهده کردید به پرستار خود اطلاع دهید.

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ به میزان مصرف مایعات توجه کنید؛ مایعات مصرفی خود را محدود کنید.
- ✓ برای کاهش تشنگی از یخ خرد شده، میوه یخ و آبنبات ترش استفاده کنید.
- ✓ از لیوان‌های کوچک دارای درجه‌بندی استفاده کنید.
- ✓ از مواد غذایی شور و دارای سدیم بالا مانند چیپس، پفک، سوسیس و کالباس، زیتون، خیار شور، سس‌ها، رب‌های آماده، ماهی شور و دودی، چوب شور، آب گوشت و سبزیجات آماده استفاده نکنید.
- ✓ مصرف سیب‌زمینی، رب، نخودفرنگی، انواع کلم و گل کلم، اسفناج، کدو حلوایی، کرفس پخته، سیر و موسیر، موز، خردل، پرتقال، آلو، خرما، آجیل و خشکبار، انبه، کیوی، شلیل، گرمک و خربزه، گلابی تازه، انجیر، روغن زیتون را محدود کنید.
- ✓ نوشابه‌ها، لبنیات (شیر حداکثر نصف لیوان در روز)، ماست، پنیر (حداکثر ۳۰ گرم در روز)، کشک، کاکائو و قهوه، ماهی (سفید، ساردین، تن)، احشاء بدن حیوانات، حبوبات، نان‌های کامل و سبوس‌دار محدود شوند.

❖ فعالیت

- ✓ دست دارای فیستول یا گرافت را به طور مداوم بی حرکت نگه دارید.
- ✓ به اندازه کافی استراحت کنید.
- ✓ از پزشک در مورد زمان شروع ورزش سؤال کنید.
- ✓ ورزش‌هایی که موجب برجسته‌تر شدن و پرخونی فیستول می‌گردد مانند باز و بسته کردن دست با خمیر یا توپ قابل ارتجاع را با نظر پزشک انجام دهید.

❖ مراقبت

- ✓ برش جراحی و محل فیستول یا گرافت را تمیز و خشک نگهدارید.
- ✓ تا چند روز پس از عمل اندام مربوطه بالاتر نگهداشته شود.
- ✓ تا ۱۴-۱۰ روز پس از جراحی از بلند کردن اجسام سنگین و انداختن کیف سنگین بر روی دوش خودداری کنید.
- ✓ از کنترل فشار خون، خونگیری و تزریق در اندام فیستول‌دار اجتناب نماید. اجازه ندهید که از دست شما خونگیری کنند یا دارویی در عروق دست شما تزریق کنند.
- ✓ روی دست فیستول یا گرافت‌دار نخوابید.
- ✓ از بستن دستبند و ساعت و پوشیدن لباس تنگ خودداری نماید.
- ✓ از خوردن داروهای پایین آورنده فشارخون بدون مشورت با پزشک بپرهیزد.
- ✓ جهت اطمینان از باز بودن فیستول با قرار دادن انگشتان خود روی آن، عبور خون را از طریق لرزش ایجاد شده هنگام جریان یافتن کنترل کنید.
- ✓ اگر در محل فیستول یا گرافت، زخم، تورم، قرمزی یا گرمی مشاهده کردید به پرسنل دیالیز اطلاع دهید. این علائم می‌تواند نشانگر عفونت باشد.
- ✓ تا زمان التیام زخم جراحی فیستول می‌توانید دوش بگیرید ولی داخل وان و استخر نروید.



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

فیستول و گرافت

- ✓ موقع دوش گرفتن روی فیستول را بپوشانید. از پرسنل دیالیز در مورد روش تهیه این پوشش‌ها سوال کنید.
- ✓ محل فیستول یا گرافت را روزانه با صابون ضد باکتری بشویید. از تیم مراقبتی دیالیز خود بخواهید تا صابون خوبی به شما معرفی کنند.
- ✓ قبل از هر بار دیالیز محل فیستول یا گرافت را بشویید.
- ✓ فیستول یا گرافت را نخارانید. ناخن‌های شما می‌تواند منبع عفونت باشد.
- ✓ در طی دیالیز به سمت محل فیستول یا گرافت سرفه یا عطسه نکنید.
- ✓ اگر بعد از خارج کردن سوزن‌ها، خودتان می‌خواهید روی فیستول یا گرافت را نگه دارید، حتماً قبل از آن یک دستکش تمیز بپوشید و از گاز تمیز استفاده کنید.
- ✓ برای توقف خونریزی، بعد از خارج کردن سوزن‌ها، به روی محل فیستول یا گرافت آرام فشار وارد کنید. فقط جایی را که سوزن قرار داشته فشار دهید. هرگز بالای محلی که سوزن قرار داشته فشار وارد نکنید.
- ✓ اگر ارتعاش یا صدای فیستول یا گرافت شما از بین رفت یا متفاوت به نظر رسید، پرسنل دیالیز را فوراً خبر کنید. این به این معنی است که فیستول یا گرافت خوب کار نمی‌کند.
- ✓ از پرسنل دیالیز بخواهید که در مورد روش پیشگیری از عفونت و حفظ عملکرد مناسب کاتتر به شما آموزش دهند.
- ✓ در حین دیالیز و بعد از آن پانسمان فیستول را حتماً تمیز و خشک کنید.
- ✓ هنگام اتصال یا جدا شدن از دستگاه دیالیز ماسک جراحی بزنید.
- ✓ در هنگام دیالیز از تکان دادن شدید دست دارای فیستول یا گرافت خودداری کنید زیرا موجب پاره شدن آن می‌گردد.
- ✓ محل جراحی فیستول را از نظر خونریزی کنترل کنید.
- ✓ در صورت خونریزی از فیستول یا گرافت، به آرامی با یک گاز تمیز روی آن را فشار دهید تا خونریزی متوقف شود و اگر خونریزی بیشتر از ۲۰ دقیقه طول کشید به پزشک یا پرسنل دیالیز اطلاع دهید.
- ✓ وسیله مناسب برای پانسمان فیستول در منزل داشته باشید تا در صورت نیاز بتوانید پانسمان آن را تعویض کنید.

❖ داروها

- ✓ در صورت بروز عفونت، پزشک برای شما آنتی‌بیوتیک تجویز خواهد کرد بهتر است طبق دستور پزشک (در ساعات معین) مصرف و دوره درمان را کامل کنید.
- ✓ اگر در راه دسترسی عروقی شما لخته تشکیل شد، لازم است با داروهای خاص درمان شوید.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ در صورت مشاهده علائم زیر بلافاصله با پزشک یا پرسنل دیالیز خود تماس بگیرید، یا به اورژانس بیمارستان محل زندگی خود بروید:
- ✓ احساس تنگی نفس
- ✓ ایجاد علائمی شبیه آنفولانزا
- ✓ درجه حرارت بالای ۳۸ درجه و لرز
- ✓ احساس درد، قرمزی، تورم یا احساس گرمی در محل جراحی
- ✓ خونریزی از محل فیستول یا گرافت
- ✓ سایر موارد نگران کننده یا اورژانسی