

هدف از تعویض دریچه

کاستن از فشار و بار زیاد بر روی قلب، بهبود کیفیت زندگی با کاهش یافتن تنگی نفس، کاهش تپش قلب، افزایش فعالیتهای اجتماعی و اقتصادی، بالا رفتن روحیه زندگی و تلاش

مراقبت از خود بعد از عمل

انجام تنفس صحیح

- ۱- به آرامی از راه بینی، نفس عمیق بکشید؛ چند لحظه نگهدارید و سپس بازدم خود را به آرامی از راه دهان خارج کنید.
- ۲- دستهای خود را بصورت ضربدر روی قفسه سینه بگذارید و به آرامی سرفه کنید و سعی کنید خلط خود را خارج کنید (بعد از عمل برای نتیجه گیری بهتر پرسنل پرستاری و بازتوانی می توانند با زدن ضربه‌های آرام به پشت شما به این امر کمک کنند).

۳- از وسیله کمک تنفسی که در بخش به شما داده خواهد شد؛ استفاده نمایید. (طرز استفاده آن توسط فیزیوتراپها آموزش داده خواهد شد)

فعالیت و تحرک

۲۴ ساعت اول پس از جراحی می توانید با کمک پرستار کنار تخت نشسته پاهایتان را آویزان کنید و مدت کوتاهی آنها را حرکت دهید عصر همان روز یا روز دوم پس از جراحی می توانید مدتی کوتاه روی صندلی بنشینید. روز سوم تا پنجم پس از جراحی در صورتی که عارضه‌ای پیش نیاید، می توانید در اتاق یا راهروی بیمارستان راه بروید و روز هشتم تا دهم می توانید تحرک کامل داشته باشید. پاسخ های قلبی شما در برابر افزایش فعالیتها توسط مانیتورهای قلبی به طور دائم مورد ارزیابی قرار می گیرد.

استحمام

پس از گذشت سه روز از عمل جراحی و اجازه پزشک معالج خود می توانید روزانه یک بار به مدت حداکثر ۵

دقیقه حمام کنید و محل برش جراحی را با یک لیف نرم و شامپوی بچه شستشو دهید. بهتر است حین استحمام بر روی صندلی بنشینید تا دچار افت فشار خون نگردید بعد از استحمام، محل برش جراحی نیازی به پانسمان ندارد. در صورت تمایل می توانید بر روی آن یک عدد گاز استریل بگذارید.

استراحت

هنگام استراحت یا خوابیدن فقط به پشت بخوابید و از به پهلو خوابیدن به مدت ۶ هفته خودداری کنید تا جناغ سینه بخوبی جوش بخورد. در صورتیکه به پهلو بخوابید ممکن است استخوان جناغ سینه شما هم بخوبی جوش نخورد و بد شکل شود و هم دچار عفونت قفسه سینه شود.

خواندن نماز

تا مدت ۲ ماه جهت خواندن نماز از میز و صندلی استفاده کنید. در صورتیکه پس از گذشت ۲ ماه با خواندن نماز به طور عادی دچار مشکلی شدید حتماً نماز خواندن را پشت میز و صندلی را ادامه دهید تا زمانی که با خواندن نماز عادی هیچگونه مشکلی برایتان پیش نیاید.

رژیم غذایی

- ۱- از زیاده روی در مصرف نمک بپرهیزید. چون موجب تجمع مایعات در بدن شده و در نهایت باعث افزایش فشار خون و تنگی نفس می شود.
- ۲- از مواد غذایی زیر کمتر استفاده کنید زیرا احتمالاً باعث افزایش مقدار PT-INR می شوند.
(رقیق شدن بیش از حد خون): جگر - چای سبز - کلم براکلی - کلم سنگ - شلغم - نخودفرنگی - سویا - روغن سویا - الکل - بستنی
- ۳- از مواد غذایی زیر نیز کمتر استفاده کنید زیرا احتمالاً باعث کاهش مقدار PT و INR می شوند
(احتمال غلیظ شدن بیش از حد خون): مواد حاوی ویتامین K مانند: اسفناج - جعفری - تمشک - ماهی - روغن ماهی - سبزیجات سبز تیره (مانند اسفناج) - پیاز لوبیا - باقلا



 www.atiehhospital.ir

آموزش بیماران قبل و بعد از عمل تعویض دریچه

تهیه کننده:

مهدی بخشی - کارشناس ارشد آموزش پرستاری

بخش ICU OH

شروع بکار

می توانید بعد از ۲-۱/۵ ماه پس از جراحی بکار خود باز گردید. شروع بکار حتماً بصورت نیمه وقت باشد تا خیلی خسته نشوید و شب کاری نداشته باشید. پس از مشورت با پزشک خود می توانید مانند گذشته بطور تمام وقت کار کنید.

مصرف دخانیات

از مصرف دخانیات بهر شکلی جدا پرهیزید. حتی از حضور در اماکنی که دود سیگار یا هر نوع آلوده کننده وجود دارد خودداری کنید.

مصرف دارو

با وجود عمل قلب، در صورت صلاحدید پزشک معالج باید داروهای قلبی خود را مصرف کنید. این داروها ممکن است دارویی جدید یا همان داروهایی که قبلاً مصرف می کرده‌اید باشند. در مصرف داروی وارفارین بسیار دقت کنید و آزمایش PT را در زمانهای مقرر انجام دهید.

علائم هشدار دهنده:

بعد از عمل جراحی برخی از بیماران متوجه می شوند که مچ پا یا ساقهایشان ورم کرده و احساس سنگینی شکم می کنند که گاهی تنگی نفس نیز به آنها اضافه می شود. با مشاهده این علائم به پزشک مربوطه مراجعه نمایید.

بهداشت دهان و دندان

بهتر است برای بهداشت دهان و دندان از مسواکهای نرم استفاده نمایید.

منبع:

پرستاری داخلی - جراحی - برونر و سودارث
اصول مراقبت در بخش های ویژه ICU - CCU
دیالیز - ملاحظت نیکروان مفرد

آدرس:

شهرک غرب، تقاطع بلوار فرحزادی و شهید دادمان،
بیمارستان آتیه

طراحی و چاپ:

روابط عمومی بیمارستان آتیه

