

راهنمای آموزش بیماران تعویض دریچه



تهیه کننده: واحد آموزش و بخش ICU.oh

تأیید کننده: مدیر گروه داخلی قلب و عروق

تاریخ تدوین: 93/9/10

تاریخ آخرین بازنگری: 98/9/10

تاریخ بازنگری بعدی: 99/9/10

ویرایش: 01

کد: ATH-PSY/ED-123

منبع: کتاب Braunwald's Heart Disease

هدف از تعویض دریچه

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

مراقبت از خود بعد از عمل

انجام تنفس صحیح:

- 1- به آرامی از راه بینی نفس عمیق بکشید چند لحظه نگاهدارید و سپس بازدم خود به آرامی از راه دهان خارج کنید.
- 2- دستهای خود را بصورت ضربدر روی قفسه سینه بگذارید و به آرامی سرفه کنید خلط خود را خارج کنید (بعد از عمل برای نتیجه گیری بهتر پرسنل پرستاری و بازتوانی میتوانند با زدن صربه های آرام به پشت شما به این امر کمک کنند)
- 3- از وسیله کمک تنفسی که در بخش به شما داده خواهد شد استفاده نمایید (طرز استفاده آن توسط فیزیوتراپ ها آموزش داده شد)

فعالیت و تحرک:

24 ساعت اول پس از جراحی میتوانید با کمک پرستار کنار تخت نشسته پاهایتان را آویزان کنید و مدت کوتاهی آنها را با حرکت دهید عصر همان روز یا روز دوم پس از جراحی میتوانید مدتی مدت کوتاه روی صندلی بنشینید روز سوم تا پنجم پس از جراحی در صورتی که عارضه ای پیش نیاید میتوانید در اتاق یا راهروی بیمارستان راه بروید و روز هشتم تا دهم میتوانید تحرک کامل داشته باشید. پاسخ های قلبی شما در برابر افزایش فعالیت ها 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 میتوانید روزانه یکبار به مدت حداکثر 5 دقیقه حمام کنید و محل 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 مدت 6 هفته خودداری کنید تا جناغ سینه بخوبی جوش بخورد. در صورتی که به پهلو بخوابید ممکن است استخوان جناغ سینه شما هم بخوبی جوش نخورد و بدشکل شود و هم دچار عفونت قفسه سینه شود.

خواندن نماز:

تا مدت 2 ماه جهت خواندن نماز از میز و صندلی استفاده کنید. در صورتیکه پس از گذشت 2 ماه با خواندن نماز به طور عادی دچار مشکلی شدید حتما نماز خواندن را پشت میز و صندلی را ادامه دهید تا زمانی که با خواندن نماز عادی هیچگونه مشکلی برایتان پیش نیاید.

رژیم غذایی:

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

شروع بکار

می توانید بعد از 2-1/5 ماه پس از جراحی بکار خود باز گردید. شروع بکار حتما بصورت نیمه وقت باشد تا خیلی خسته نشوید و شب کاری نداشته باشید پس از مشورت با پزشک خود میتوانید مانند گذشته بطور تمام وقت کار کنید.

مصرف دخانیات

از مصرف دخانیات بپرهیزید. حتی از حضور در اماکنی که دود سیگار با 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 با همان داروهای قبلا مصرف میکرده اید 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 میشوند 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

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

طراحی و چاپ: روابط عمومی بیمارستان آتیه

آدرس: تهران، شهرک غرب، تقاطع بلوار

فرحزادی و شهید دادمان

تلفن بیمارستان: 82721

فاکس بیمارستان: 88086095

سایت بیمارستان:

www.atiehhospital.ir

