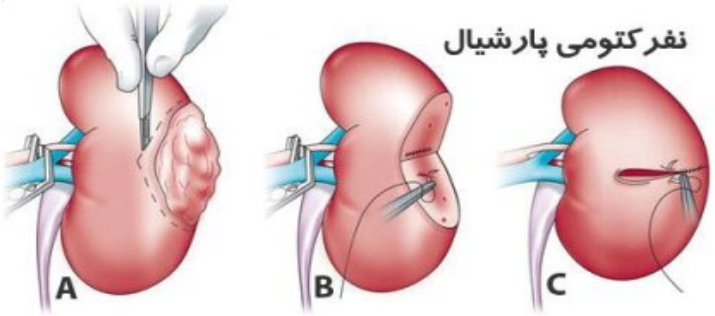
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین

مرکز آموزشی درمانی ولایت

خود مراقبتی در نفرکتومی



دفتر پرستاری

واحد آموزش سلامت

بازنگری بهار ۱۴۰۵

- باید از انجام ورزشهایی که همراه با خطر ضربات شدید است، اجتناب کنید.
- از نشستن و رانندگی طولانی مدت خودداری کنید .
- از نظر رابطه جنسی محدودیتی ندارید.
- بستن شکم بند بر روی محل عمل جراحی، به مدت حداقل ۶ ماه (فقط شبها زمان خوابیدن باز شود)

در صورتی که:

* تب بیشتر از۳۷/۵ درجه سانتی گراد .
* حالت تهوع و استفراغ.
* درد شدید که با مسکن بهبود نیابد .
* وجود ترشحات یا خونریزی از زخم .
* تنفس های کوتاه و سطحی .
* کاهش حجم ادرار یا مشکل در ادرار کردن .
* تورم مچ پا و پا.

جهت بررسی مراجعه نمایید.

استحمام:

با نظر پزشک دو روز بعد از عمل می‌توانید دوش بگیرید. تا یک هفته یا تا زمانی که پزشک به شما اجازه دهد، از وان یا استخر استفاده نکنید.

با رژیم پر فیبر (میوه وسبزی تازه) از یبوست پیشگیری کنید.

قبل از ترخیص در رابطه با تمامی سوالات و ابهامات از پرستار خود سوال بفرمایید.

در صورت داشتن سوال در منزل، ساعت ۸ تا ۱۴ با شماره تلفن

۰۲۸-۳۳۷۹۰۶۲۰-۲۷ داخلی ۵۰۹۷ واحد آموزش سلامت تماس بگیرید.

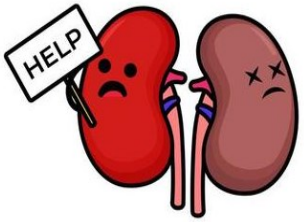
(همه روزه بجز ایام تعطیل)

کلیه ها ارگان‌هایی شگفت انگیز هستند که با دفع ضایعات ناخواسته و مواد سمی نقش مهمی در پاکیزه نگه داشتن و سلامت بدن ما ایفا می‌کنند. گرچه عملکرد ابتدایی کلیه‌ها دفع مواد سمی بدن است، اما عملکرد آنها به این مورد محدود نمی‌شود. کلیه‌ها در تنظیم فشارخون، حجم مایعات و الکترولیت‌ها در بدن نیز نقش بسیار مهمی ایفا می‌کنند .

جراحی برداشتن کلیه یا نفرکتومی:

این عمل ممکن است بصورت برداشتن بخشی از کلیه (نفرکتومی پارشیال) وبرداشتن کامل کلیه (نفرکتومی رادیکال) باشد در نفرکتومی پارشیال یا جزیی، تنها بخشی از کلیه بیمار یا قسمت آسیب دیده کلیه برداشته می شود. اما در نفرکتومی رادیکال ،تمام کلیه همراه با بخشی ازلوله ای که از کلیه به مثانه متصل است (حالب) وغده ای که در بالای کلیه قرار دارد(غده آدرنال) وبافت های چربی اطراف کلیه برداشته می‌شود.

در چه مواقعی از این عمل استفاده می گردد؟



- سرطان کلیه
- وجود سنگ های بزرگ در کلیه
- عفونتی که با آنتی بیوتیک درمانی، مداوا نگردد و باعث صدمه به بافت کلیه شود.
- اهدا کلیه
- کلیه ای که هیچ عملکرد ندارد.

نکته مهم : شما با دو کلیه به دنیا آمده‌اید، اما بدن شما در واقع فقط به یک کلیه نیاز دارد. یک کلیه سالم می‌تواند به تنهایی کار دو کلیه را انجام دهد، اما اگر هر دو کلیه برداشته شود، انجام دیالیز یا پیوند کلیه برای زنده ماندن ضروری است.

مراقبت از زخم جراحی:

- تا دو روز پس از عمل محل زخم نیاز به پانسمان دارد . پس از آن شستشو با آب وصابون و خشک و تمیزنمودن محل عمل کفایت می کند.
- درد پهلو یا شکم در طی چند روز تا یک هفته بتدریج می بایستی بهتر شود.
- انجام تمرینات تنفسی برای جلوگیری از عفونت ریه اهمیت زیادی‌دارد. هنگام عطسه یا سرفه بالش کوچکی را روی محل عمل فشار دهید تا هم زخم را حفظ نمایید و هم درد کمتری حس کنید.
- ممکن است مقداری درد و بیحسی (ناشی از قطع اعصاب) در نزدیکی منطقه برش جراحی خود داشته باشید. در صورت نیاز داروهای ضد درد برای شما تجویز می‌شود.
- اگر سیگار استفاده می کنید، قبل و بعد از جراحی آن را ترک کنید تا دوره بهبودی سریع تر انجام بگیرد.

مراقبتهای بعد از عمل در منزل:

- در طول دو هفته اول بعد از عمل، به انجام فعالیت سبک مثل پیاده روی انجام داده و از فعالیت های سنگین مثل وزنه برداری در ۶ هفته اول بعد از عمل اجتناب کنید. پس از آن می‌توانید به زندگی روزمره خود برگردید.
- داروهایی که برای شما تجویز می‌شود، بخصوص آنتی بیوتیک‌ها را طبق برنامه مصرف کنید.
- **با توجه به حذف یک کلیه از خود درمانی با هر نوع داروی گیاهی و شیمیایی خودداری کنید و در صورت داشتن مشکل به پزشک مراجعه کنید از مصرف خود سرانه سایر مسکن ها که پزشک تجویز نکرده، خودداری کنید.**
- از مصرف الکل جدا خودداری کنید.
- رژیم غذایی خود را به‌خصوص از نظر مصرف پروتئین و نمک و تحت نظر متخصص تغذیه مشخص کنید.
- تعویض پانسمان از نظر زمان ، دفعات و نحوه انجام بعد از مرخص شدن با توجه به وضعیت زخم محل عمل متفاوت است ، در این رابطه از پرستار خود مشاوره بگیرید.
- **باید هر سال آزمایش ادرار و فشار خون را انجام دهید و آزمایشات عملکرد کلیه را باید هر چند سال و یا مرتباً(اگر نتایج غیر طبیعی یافت شود) انجام دهید. همچنین باید آزمایش ادرار را به طور منظم برای بررسی دفع پروتئین انجام شود.**
- روزانه ۸ تا ۱۰ لیوان مایعات استفاده کنید.

آنچه راجع به خودمراقبتی در نفرکتومی باید بدانیم