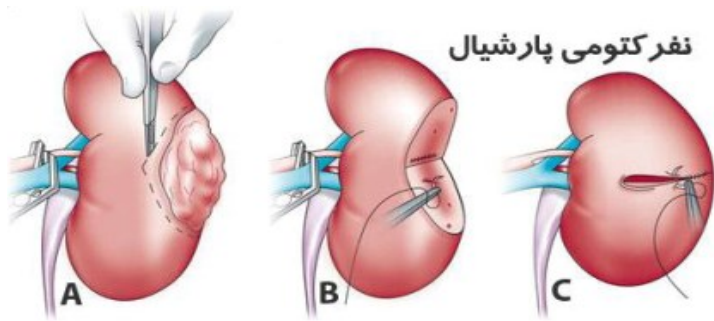




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین

مرکز آموزشی درمانی ولایت

خود مراقبتی در نفرکتومی



دفتر پرستاری

واحد آموزش سلامت

بازنگری تابستان 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 از ۳۷/۵ 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 می توانید 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 و سبزی 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

۰۲۷-۳۳۷۹۰۶۲۰-۰۲۸ داخلی ۵۰۹۷ واحد آموزش سلامت تماس بگیرید.

(همه روزه بجز ایام تعطیل)

- ♦ انجام تمرینات تنفسی برای جلوگیری از عفونت ریه اهمیت زیادی دارد. 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 می شود.
- ♦ اگر سیگار استفاده می کنید، قبل و بعد از جراحی آن را ترک کنید تا دوره بهبودی سریع تر انجام بگیرد.

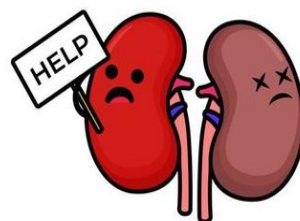
مراقبتهای بعد از عمل در منزل:

- 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 می توانید به زندگی روزمره خود برگردید.
- داروهایی که برای شما تجویز می شود، بخصوص آنتی بیوتیک ها 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 به خصوص 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 مشاوری بگیرید.
- باید هر سال آزمایش ادرار و فشار خون را انجام دهید و آزمایشات عملکرد کلیه را باید هر چند سال و یا مرتباً (در صورت داشتن نتایج غیر طبیعی) انجام دهید. همچنین باید آزمایش ادرار را به طور منظم برای بررسی دفع پروتئین انجام شود.
- روزانه ۸ تا ۱۰ لیوان مایعات استفاده کنید.

کلیه ها ارگان هایی شگفت انگیز هستند که با دفع ضایعات ناخواسته و مواد سمی نقش مهمی در پاکیزه نگه داشتن و سلامت بدن ما ایفا می کنند. گرچه عملکرد ابتدایی کلیه ها دفع مواد سمی بدن است، اما عملکرد آنها به این مورد محدود نمی شود. کلیه ها در تنظیم فشارخون، حجم مایعات و الکترولیت ها در بدن نیز نقش بسیار مهمی ایفا می کنند.

جراحی برداشتن کلیه یا نفرکتومی:

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



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 آمده اید، اما بدن شما در واقع فقط

به یک کلیه نیاز دارد. یک کلیه سالم می تواند 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 و شامپو بچه و خشک و تمیز نمودن محل عمل کفایت می کند.
- ♦ درد پهلوی یا شکم در طی چند روز تا یک هفته بتدریج می بایستی بهتر شود.