



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی استان
سمنان

مرکز آموزشی پژوهشی درمانی کوثر

(آموزش بیمار)

مراقبت های بعد از عمل جراحی قلب باز

بهار ۱۴۰۴

بخش : icu.oh

تهیه کننده: زهرا دوست محمدی

کد فرم : K(E.R)EPP۱۷/۳-۹۶/۴

طی روزهای پس از عمل در بخش و یا ترخیص در منزل ممکن است با مشکلاتی روبرو شوید که این دستورالعمل به شما کمک خواهد کرد :

۱- مراقبت از زخم و استحمام :

بعد از ترخیص بهتر است روزانه با صابون ملایم و آب ولرم زخمها شستشو شوند و از تحریک شدن محل زخم با کشیدن لیف ضخیم روی موضع خودداری کنید با آب خیلی گرم یا سرد استحمام نکنید ، مدت زمان استحمام را به حداقل برسانید تا از خستگی شما جلوگیری کند. حتما پس از استحمام محل زخمها را خشک کنید .

از لباسهای نخی بعنوان پوشش روی زخم استفاده نمایید .

با نظر پزشک معمولا تا یکماه استفاده از وان و سونا و استخر ممنوع است .

در صورت بی حسی و گرم و ملتهب شدن در محل زخمها و یا بروز صداهای غیر طبیعی در محل برشها با پزشک خود مشورت نمایید . هرگونه ترشح زرد رنگ و بد بو و تب بیمار را حتما اطلاع دهید . (خروج مایع شفاف با رنگ روشن جای نگرانی نیست).

در صورتیکه روی زخم پا تورم بدون گرمی و ترشحات وجود دارد بالانگهداشتن عضو و جوراب واریس کمک کننده است .

استفاده مداوم از جوراب واریس تا سه ماه توصیه میشود .

هنگام خواب جوراب واریس و کمربند سینه ای را خارج نمایید .

۲- فعالیت :

هفته اول در منزل ۵ دقیقه پیاده روی نمایید و پس از آن در صورتیکه احساس خستگی و تپش قلب و ناراحتی نداشتید هر هفته پنج دقیقه به زمان پیاده روی خود اضافه نمایید تا این زمان را به ۳۵-۴۵ دقیقه افزایش دهید. دو هفته اول در منزل راه بروید .

تا یکماه از بالابردن دستها بیشتر از حد شانه خودداری کنید معمولا درد شانه ها و پشت تا شش هفته وجود داردکه میتوانید از مسکنها برای کاهش درد استفاده نمایید . حتی امکان از چهار رزانو نشستن و خم کردن زانوها بمدت طولانی بپرهیزید . در هنگام استراحت از یک بالش زیر پا جهت بالا نگهداشتن اندام تحتانی استفاده نمایید .

۳- تغذیه :

ممکن است تا چندین هفته دچار بی اشتهاپی باشید بهتر است در این مدت از غذاهای کم حجم با وعده های بیشتر مصرف نمایید . استفاده از غذاهای حاوی ویتامینها خصوصا ویتامین C و پروتئینها برای تسریع در ترمیم زخم توصیه میشود .

بروز مشکلات اجابت مزاج پس از جراحی شایع است و راه رفتن و استفاده از میوه و سبزی وانجیر آلو و روغن زیتون وکاهو توصیه میشود . وزن خود را در محدوده نرمال حفظ کنید . مصرف اب و مایعات را در اولویت قرار دهید .

۴-رانندگی :

پس از ۴-۶ هفته در فاصله های کوتاه و پس از ۳ ماه مسافتهای طولانی تر رانندگی با نظر پزشک بلامانع است .

۵-تغییرات رفتاری :

اضطراب بیقراری و افسردگی بعد از عمل تا دو هفته شایع میباشد در صورت ادامه پیدا کردن علایم با پزشک خود مشورت نمایید .

۶-مشکلات خواب :

کم خوابی و بیدار شدن در میانه خواب از مشکلات شایع پس از جراحی است که بی ارتباط با درد بیمار نیست. لذا قبل از خواب مسکن تجویز شده را مصرف نمایید. در هنگام خواب بهتر است با گذاشتن چند بالش سر بالاتر آورده شود .

در صورت بروز تنگی نفس شبانه و عدم تحمل خوابیدن به پشت حتما با پزشک خود مشورت نمایید

۷-فعالیت جنسی:

زمانیکه بتوانید یک طبقه را بدون مشکل بالا بروید میتوانی رابطه جنسی خود را شروع کنید . این زمان تقریباً معادل ۴-۶ هفته بعد از جراحی است که زخمها ترمیم شده و درد کاهش یافته است.

لازم بذکر است از وارد شدن فشار روی قفسه سینه خودداری نموده و بروز درد و سنگینی قفسه سینه که بیش از ۵ دقیقه به طول انجامد را گزارش نمایید.

در صورت بروز مشکلات و موارد هشدار دهنده زیر باید با پزشک خود تماس بگیرید :

افزایش وزن بیش از نیم تا یک کیلو گرم در طی دو روز متوالی . تورم یا تشدید تورم و درد در ساق پا که با آوردن شصت پا به سمت بالا تشدید شود . و نیز تشدید تنگی نفس ، ایجاد درد خنجری هنگام نفس کشیدن.

افزایش درجه حرارت بدن بیش از ۳۸ درجه دوبار در روز طی ۲۴ ساعت .

تداوم خونریزی از زخمها و یا گرمی و ترشح بدبو از زخمها .

ضایعات و کبودی روی بدن وخستگی شدید .

نوبت مراجعه بعدی به پزشک :

یک هفته پس از ترخیص با تمام مدارک جهت ویزیت به کلینیک تخصصی کوثر مراجعه نمایید . جهت ویزیت روزهای یک شنبه و سه شنبه مراجعه فرمایید.

قبل از مراجعه حتما جهت گرفتن نوار قلب جدید اقدام نمایید . در صورت توصیه از مایشهای مشخص شده را انجام داده و با جواب مراجعه نمایید .

در صورت ابتلا به دیابت حتما یک هفته پس از ترخیص به پزشک خود مراجعه نمایید و طی هفته روزانه چهار نوبت بصورت صبح ناشتا . دوساعت بعد از صبحانه . دوساعت بعد از نهار . دوساعت بعد از شام قند خون خود را اندازه گیری و ثبت نموده و با این جدول مراجعه نمایید .

نکته: بیمارانی که دستور مصرف وارفارین را دارند انجام اقدامات دندانپزشکی در موردشان باید با احتیاط

صورت گیرد .

جهت جلوگیری از خونریزی سطح INR باید کاهش داده شود .

نحوه مصرف داروها :

داروهای مصرفی شما مطابق آخرین تغییرات شما نسخه شده و شما تنها نیاز به مصرف این داروها دارید .

بیشتر داروها جهت کنترل فشار خون و ضربان قلب شما تعیین شده لذا در صورت بروز ضعف و بیحالی و سرگیجه و تعریق حتما فشار خون و ضربان قلب خود را چک نموده زیرا این علائم میتواند ناشی از افت فشار شما باشد. حتما قبل از مصرف دارو ضربان قلب و فشار خون خود را چک نمایید .

در صورت تکرار حتما جهت تنظیم مجدد دارویی با پزشک خود تماس بگیرید .

(جدول اطلاعات دارویی)

ASA(آسپرین) : رقیق کننده خون و ضد درد

عوارض احتمالی : احتمال خونریزی یا کبودی و عوارض گوارشی

در صورت ابتلا به آسم یا زخم گوارشی منع مصرف دارد و جهت رفع عوارض گوارشی با یک لیوان شیر ، یا بعد از غذا مصرف شود.

PLAVIX (پلاویکس) : رقیق کننده خون

عوارض احتمالی : احتمال خونریزی

از هرگونه ضربه یا بریدگی جلوگیری شود . و هرگونه کبودی بدون علت یا خون در ادرار یا مدفوع را اطلاع دهید .

LOSARTAN (لوزارتان) : کنترل فشار خون

و بهبود علائم نارسایی قلبی

عوارض احتمالی: افت فشار خون . اختلال عملکرد

کلیوی . سرگیجه .

BISOPROLOL (بیزوپرولول) : بهبود ضربان قلب

بهبود عملکرد قلبی .

عوارض احتمالی: خستگی . سرگیجه . تنگی نفس . افت ضربان قلب .

ATORVASTATIN (آتروستاتین) : کاهش دهنده

چربی خون

نحوه مصرف: ۶-۱۲ هفته بعد از شروع دارو حتما تستهای کبدی چک شود . دارو را قبل یا بعد از غذا میل کنید .

آدرس سایت آموزشی بیمارستان کوثر:

<http://kosarhos.semums.ac.ir>

آدرس سایت کلینیک بیمارستان:

clinic.semums.ac.ir

شما میتوانید در صورت هرگونه سوال با شماره ۰۲۳۳۱۴۲۲۲۳۱-۰۲۳۳۱۴۲۲۲۳۰ با ما تماس بگیرید .

منابع: مراقبتهای جراحی قلب دکتر جاویدی
پرستار در قلب دکتر رضوان نوبهار

سایت: DR-BAGHAEI.COM/ FA.PARSITEB.COM/

DRMIRSAFAEI.COM