

راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری سرطان

❖ رژیم غذایی

- ✓ برای شما برنامه غذایی مناسب، متعادل و متنوع با هدف تأمین نیاز روزانه به انرژی و مواد مغذی توسط کارشناس تغذیه تنظیم میگردد.
- ✓ اگر تهوع و استفراغ دارید از خوردن هر نوع خوراکی خودداری کنید و به پرستار خود اطلاع دهید تا طبق نظر پزشک دارو و سرم شروع شود.

❖ فعالیت:

- ✓ برای خارج شدن از تخت پس از اجازه پزشک ابتدا لبه تخت نشسته و پاهای خود را از لبه تخت آویزان کنید. در صورت نداشتن سرگیجه و تاری دید و ... میتوانید از تخت خارج شوید. دقت کنید حتما پرستار بخش را در زمان خارج شدن از تخت مطلع فرمایید تا در کنار شما باشد.

❖ مراقبت:

- ✓ از دستکاری سرم ها و رابط های متصل به خود خودداری کنید.
- ✓ داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار برای شما اجرا خواهد شد.
- ✓ با تیم مراقبتی در زمان انجام اقدامات تشخیصی و درمانی همکاری نمایید. بررسیهای تشخیصی سرطان عبارتند از: آزمایش خون، ادرار یا دیگر مایعات بدن، تصویربرداری با اشعه ایکس یا رادیوگرافی، سی.تی.اسکن و اسکن هستهای، سونوگرافی و ام.آر.آی، نمونه برداری یا بیوپسی.
- ✓ در صورتی که جراحی انجام داده اید و لوله ای در محل جراحی جهت خروج ترشحات (هموواگ) وصل شده است مواظب باشید تا تا نخورد یا زیر بدن شما قرار نگیرد. مخزن این لوله باید پایین تر از سطح بدن شما باشد تا ترشحات به راحتی از زخم خارج شود. در صورتی که این مخزن پر شده است به پرستار خود اطلاع دهید.
- ✓ در صورت جراحی و مشاهده خونریزی از زخم و یا خیس شدن پانسمان به پرستار خود اطلاع دهید.
- ✓ مواظب باشید در زمان خواب و استراحت برانول یا لوله سرم از دست شما خارج نشود.
- ✓ ممکن است روزانه از شما خونگیری شود.
- ✓ از خوردن خودسرانه داروها و بدون اجازه پزشک خودداری نمایید.
- ✓ در مورد انتخاب روش های درمانی با پزشک مشورت نمایید.
- ✓ پانسمان محل جراحی طبق دستور پزشک و در زمان های مشخص تعویض خواهد شد.

راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص سرطان

رژیم غذایی:

پس از جراحی معده، تغذیه صحیح و مناسب اهمیت بسیاری دارد. در ابتدا، شاید نیاز باشد به طور موقت از رژیم غذایی مایع استفاده کنید و سپس به تدریج به رژیم غذایی نرم و سپس به مرحله‌های دیگر از تغذیه تغییر رویه داشته باشید. مهم است که با متخصص تغذیه مشورت کنید تا برنامه غذایی مناسبی برای شما تهیه شود.

- بهتر است تعداد وعده های غذایی به 6 تا 8 وعده در روز افزایش دهید...

❖ فعالیت:

✓ نوع و میزان فعالیت باید با توجه به وضعیت شما و توصیه‌های پزشک‌تان تعیین شود، فعالیت بدنی منظم و ملایم می‌تواند به بهبود وضعیت عمومی شما کمک کند.

✓ ورزش کنید. بسیاری از بیماران معتقدند با انجام ورزش سبک مانند پیاده روی، دوچرخه سواری، یوگا احساس بهتری پیدا میکنند.

✓ استراحت مهم است اما پزشکان معمولاً به بیماران توصیه میکنند که تا حد امکان فعال باقی بمانند. دست کم شبی 8 ساعت بخوابند.

✓ به جای این که همه فعالیت ها را یک باره انجام دهید، برای مهم ترین فعالیت ها در طول روز برنامه ریزی کنید.

❖ مراقبت:

✓ درد پس از عمل جراحی معده غیر منتظره نیست. پزشک داروها و روش‌های مدیریت درد را برای شما تجویز می‌کند.

✓ اگر درد شدید یا طولانی مدتی دارید، باید به پزشک معالج اطلاع دهید.

✓ داروها را به طور مرتب و به موقع مصرف نمایید.

✓ مراقب زخم ناحیه عمل باشید و به صورت استریل آن را پانسمان نمایید.

✓ عمل جراحی معده ممکن است عوارض جانبی مانند تهوع، استفراغ، مشکلات گوارشی و تغییر در بافت مدفوع را به همراه داشته باشد. در صورت بروز هر گونه علائم ناخوشایند، باید با پزشک مشورت داشته باشید.

✓ مدت زمان بهبودی پس از جراحی سرطان معده ممکن است بین چند هفته تا چند ماه متغیر باشد.

❖ زمان مراجعه بعدی:

✓ جهت کشیدن بخیه‌ها 7-10 روز بعد از عمل مراجعه کنید.

✓ جهت دریافت نتیجه پاتولوژی به بیمارستان مراجعه و نتیجه را به رویت پزشک معالج برسانید.

✓ اگر هر کدام از موارد زیر وجود داشت:

- در صورت مشاهده هر گونه ترشح، خونریزی، تغییر رنگ یا تورم محل عمل جراحی
- متوجه تغییراتی در توده شده اید، یا توده‌های جدید ظاهر شد.
- اگر پس از شروع درمان علائم بدتر شوند و یا رو به بهبودی نگذارند.
- اگر علائم جدید ایجاد شد.