

هوارش



واحد آموزش به بیمار
بیمارستان توانبخشی رفیده

اعمال جراحی نسج نرم در بیماران cp

(تاندون ها، عضلات و مفاصل)

جراح آقای دکتر وفایی



فهرست عناوین

- ۳..... اعمال جراحی نسج نرم بیماران cp
- ۴..... اقدامات لازم قبل از عمل جراحی
- ۵..... اقدامات لازم بعد از عمل جراحی
- ۵..... نشانه های عفونت پس از جراحی
- ۶..... اصول تغذیه بعد از جراحی

اعمال جراحی نسج نرم بیماران cp

جراحی یکی از گزینه های موجود برای کمک به کودکان فلج مغزی برای بهبود تحرک، وضعیت بدن و تضمین رشد سالم است. اکثر پزشکان فیزیوتراپی و دارو را قبل از جراحی توصیه می کنند. جراحی می تواند حرکت و هم ترازی را در پاها، مچ پا، باسن، مچ دست و بازوها اصلاح یا بهبود بخشد. این اعمال بر روی عضلات، تاندون ها، استخوان ها و اعصاب انجام می شود. همانطور که هدف درمان فلج مغزی است، جراحی نیز با هدف ارائه بیشترین شانس زندگی مستقل تا حد ممکن به کودکان است. مشکلات حرکتی ناشی از فلج مغزی می تواند با گذشت زمان بهبود یابد، اما خطر بدتر شدن را نیز به همراه دارد. اعمال جراحی نسج نرم در بیماران cp شامل تاندون ها، عضلات و مفاصل می باشد. روش های مختلفی وجود دارد که می تواند بسیاری از مسائل و شرایط ثانویه فلج مغزی را اصلاح کند. جراحی به طور کلی برای بهبود حرکت، وضعیت بدن و راه رفتن استفاده می شود. عمل های جراحی ارتوپدی برای بهبود حرکت استفاده می شود. این روش ها برای درمان اسپاستیسیتی یا حرکات تند و شدید و اغراق آمیز مفید هستند. این جراحی معمولاً پس از اثبات ناموفق بودن درمان ها و داروهای قبلی پیشنهاد می شود. جراحی ارتوپدی همچنین می تواند از عوارض بعدی مانند انقباضات و دررفتگی لگن جلوگیری کند. اگر کودک شما در هنگام پوشیدن کفش ناهنجاری های چرخشی، دررفتگی مفصل، درد یا مشکلاتی را نشان می دهد، جراحی ارتوپدی ممکن است بتواند به بهبود وضعیت و راحتی کلی او کمک کند.

جراحی های ارتوپدی بر روی نسج نرم عبارتند از:

افزایش طول ماهیچه ها: افزایش طول ماهیچه ها از طریق جراحی برای رفع گرفتگی دست و انگشتان استفاده می شود. بلند کردن عضلات بازو می تواند به کودکان کمک کند تا اشیاء را راحت تر بگیرند و مهارت های حرکتی ظریف را بهبود بخشند.

افزایش طول تاندون: بلند کردن تاندون ها می تواند انقباضات دردناک را کاهش دهد، که سفت شدن دائمی تاندون ها یا ماهیچه ها است. این جراحی اغلب برای بهبود توانایی راه رفتن و ایستادن کودک استفاده می شود.

انتقال تاندون: انتقال تاندون معمولاً شامل بریدن و جایگزینی تاندون است. هدف از انتقال تاندون این است که اطمینان حاصل شود که عضلات بدن به درستی در یک راستا قرار دارند. این جراحی همچنین به کاهش هر گونه درد یا مشکلات راه رفتنی که کودکان مبتلا به سی پی ممکن است تجربه کنند، موثر باشد و همچنین به بهبود کشش و انعطاف پذیری مچ دست کمک می کند.

تنوتومی/میوتومی: تنوتومی برش تاندون را توصیف می کند، در حالی که میوتومی شامل برش عضله است. این روش برای بهبود عملکرد عضلات، افزایش کنترل اندام فوقانی و افزایش توانایی در گرفتن اشیاء با دست و پا استفاده می شود.

آرترووز: آرترووز که به آن فیوژن Fusion یا خشک کردن مفصل هم میگویند، نوعی عمل جراحی است، که در آن قابلیت حرکت کردن مفصل کاملاً از بین می رود. در موارد شدید اسپاستیسیته (انقباض) زمانی که آتل ها و گچ ها کافی نیستند، ممکن است از آرترووز برای جوش دادن دائمی استخوان ها به یکدیگر استفاده شود. ادغام استخوان های مچ پا و پا می تواند راه رفتن کودک را آسان تر کند.

اقدامات لازم قبل از عمل جراحی

چند ساعت قبل از جراحی باید تمام بدن خود را با آب و صابون بشویید و بعد از آن از هیچ گونه کرم، پماد، لوسیون و موارد آرایشی استفاده نکنید. به خاطر کم شدن خطر آلودگی زخم جراحی؛ موهای محل عمل جراحی و اطراف آن را با ماشین تراش برقی از بین ببرید. از خود تراش/ تیغ/ ژیلت استفاده نکنید، زیرا ممکن است؛ در حین تراشیدن زخم و بریدگی ایجاد شده و راهی برای ورود میکروب ها ایجاد شود.

اگر ناخن مصنوعی دارید، آن را خارج کنید و لاک انگشتان دست و پاهای خود را پاک کنید. همچنین سمک، عینک، دندان مصنوعی و زیورآلات (النگو، گوشواره، گردنبند و انگشتر) خود را خارج کنید.

لباس یکبار مصرف مخصوص اتاق عمل (گان) به شما داده می شود، که لازم است آن را پوشیده و از پشت ببندید. قبل از آن لازم است تمام لباس های زیر خود را دریاورد. همچنین با استفاده از کلاه کاغذی یکبار مصرف بطور کامل موی سر خود را بپوشانید.

لیست تمام داروهای مصرفی در هفته های اخیر قبل از عمل جراحی را تهیه و به پزشک اطلاع دهید. همچنین در مورد ادامه مصرف یا قطع این داروها قبل از عمل جراحی (علی الخصوص داروهای قند خون، فشار خون و تیروئید از پزشک خود سوال بپرسید.

مصرف داروهای پیشگیری از ایجاد لخته خون را به ترتیب ذیل قطع نمایید:

هپارین ۶ ساعت قبل از عمل، انوکسپارین ۱۲ ساعت قبل از عمل، آسپرین ۳ روز قبل از عمل،

پلاویکس و ریواروکسابان ۵ روز قبل و داروی وارفارین یک هفته قبل از عمل جراحی

از حدود هشت الی ده ساعت قبل از شروع عمل جراحی نباید چیزی بخورید یا مایعی بیاشامید، زیرا اگر در حین بیهوشی، معده حاوی مواد غذایی و حتی مایعات باشد؛ ممکن است این مواد از

راه مری به سمت دهان بازگشته و سپس به درون ریه رفته و موجب خفگی بیمار شود(آسپیراسیون).

به یاد داشته باشید انجام تنفس عمیق(دم را نگه داشته و بازدم را آهسته انجام دهید) و سرفه بعد از اعمال جراحی به شما در بهبود وضعیت تنفسی و خارج شدن ترشحات بعد از عمل جراحی و انجام بیهوشی عمومی بسیار کمک خواهد کرد.

اقدامات لازم بعد از عمل جراحی

اگر جراحی شما با بیهوشی عمومی انجام شده است، تا چند ساعت بعد از عمل نباید چیزی بخورید. بعد از گذشت چند ساعت، می توانید با کسب اجازه از پرستار ابتدا مقدار کمی آب بنوشید. اگر تحمل نمودید و دچار ناراحتی، تهوع و استفراغ نشدید؛ می توانید بتدریج مایعات بیشتری بنوشید. پس از گذشت ۶ ساعت

از جراحی و تحمل مصرف مایعات، می توانید رژیم غذایی نرم را شروع نمایید. در هر عمل جراحی احتمال عفونت وجود دارد. به منظور کاهش احتمال عفونت بعد از اعمال جراحی به بیمار آنتی بیوتیک تزریقی داده می شود.

پزشک جراح برای بستن محل برش جراحی از بخیه جذبی و یا غیر جذبی استفاده می کند. هفته اول بعد از جراحی روی پانسمان آب ننزید. یک هفته بعد از عمل جراحی، می توان بدون پانسمان استحمام کرد و در صورت نیاز به استحمام در هفته اول، از پانسمان ضد آب استفاده کنید. دقت نمایید، تمام نواحی که زیر باند کشی قرار میگیرد با وایبریل(باند پنبه ای) بپوشانید. زیرا ممکن است آتل موجب ایجاد زخم شود.

در هر بار تعویض پانسمان تمام پوست که زیر باند کشی قرار گرفته، با دقت بررسی نمایید. در این نواحی اگر قرمزی وجود داشت، این مورد را با پزشک یا پرستار خود در اسرع وقت در میان بگذارید. در صورت انجام عمل جراحی اندام تحتانی (پاها) بهداشت ناحیه پرینه را رعایت نمایید، که پانسمان محل جراحی به ادرار یا مدفوع آلوده نشود.

دو هفته بعد از عمل جراحی لازم است نخ های بخیه کشیده شوند، اما در بیماران دیابتی و دارای اختلال ترمیم پوست نباید بخیه ها تا سه هفته کشیده شوند.

شما باید محل جراحی را تمیز نگه دارید و مراقب باشید تا چرک نکند و طبق دستور پزشک، پانسمان آن را عوض کنید.

هر روز محل جراحی شده را بررسی کنید، تا عفونت نکرده باشد. اگر علائم عفونت را در آنجا دیدید، به پزشک خود مراجعه کنید.

دو هفته بعد از عمل جراحی جهت ویزیت ناحیه عمل توسط پزشک جراح به کلینیک بیمارستان مراجعه نمایید.

نشانه های عفونت پس از جراحی

۱- ترشحات زرد یا سبز رنگ ۲- تغییر بوی ترشحات محل جراحی ۳- قرمزی یا سفت شدن اطراف برش جراحی ۴- گرم بودن محل برش جراحی موقع دست زدن به آن ۵- تب ۶- افزایش درد ۷- افزایش خونریزی و ترشحات زیاد که پانسمان را خیس کند.
در صورت مشاهده علائم عفونت تا سه ماه بعد از جراحی، به بیمارستان مراجعه نمایید.

ممکن است به صورت طبیعی بعد از جراحی، کمی احساس سوزش، خارش، درد و بی حسی در محل برش جراحی داشته باشید. همچنین ممکن است کمی ترشح، کبودی و برآمدگی کوچکی در این قسمت مشاهده کنید. البته باید گفت این علائم طبیعی هستند و جای نگرانی ندارد. به محل زخم جراحی، الکل، آب اکسیژنه (پراکسید هیدروژن) و بتادین نزنید، زیرا باعث آسیب بافت و تاخیر در بهبودی زخم می شود. صرفاً از بتادین جهت تمیز نمودن اطراف زخم استفاده کنید و به هیچ عنوان از بتادین برای روی زخم استفاده نکنید.

حرکت عضو جراحی شده

حرکت اندام تحت عمل جراحی، حتماً باید با اجازه پزشک معالج انجام شود و تا زمانی که به شما اجازه داده نشده؛ از حرکت عضو جراحی شده، اجتناب نمایید.

اصول تغذیه بعد از جراحی

پروتئین

پروتئین در بازسازی بافت و بهبود زخم نقش بسیار موثری دارد. بهترین انواع پروتئین را می توانید غذاهایی مانند ماهی، تخم مرغ، مرغ، غذاهای دریایی، محصولات لبنی کم چرب، محصولات سویا، گوشت بدون چربی، لوبیا، آجیل و عدس دریافت کنید.

ویتامین A

ویتامین A پس از عمل جراحی به علت تأثیری که روی التیام زخم دارد، بسیار مهم است ویتامین A از پرتقال، گریپ فروت، انبه و سبزیجاتی مانند هویج، کلم بروکلی، اسفناج و نیز پنیر، تخم مرغ، شیر و جگر قابل دریافت است.

ویتامین C

ویتامین C یک مکمل ضروری پس از جراحی است. اگر می‌خواهید روند بهبودی خود را تسریع بخشید؛ نباید آن را نادیده بگیرید. این ویتامین برای ایجاد پروتئین کلاژن مورد نیاز است و همچنین برای التیام زخم‌های ناشی از جراحی نیز ضرورت دارد. غذاهای غنی از ویتامین C شامل: فلفل شیرین، میوه‌های خانواده‌ی مرکبات، سیب‌زمینی، کلم بروکلی، کیوی، انواع توت‌ها، ملون و گوجه‌فرنگی می‌باشند.

ویتامین D و کلسیم

ویتامین D و کلسیم برای تسریع روند التیام زخم بسیار مهم هستند. بهترین مواد غذایی حاوی ویتامین D و کلسیم عبارتند از محصولات لبنی کم چرب، تمام انواع شیر که با ویتامین D غنی شده‌اند. علاوه براین ماست نیز یک منبع عالی از کلسیم محسوب می‌شود.

ویتامین E و K

ویتامین های E و K ممکن است از مهم‌ترین مواد مغذی در رژیم غذایی پس از عمل باشند. ویتامین E موجود در آجیل، روغن‌های نباتی، شیر، جگر گاو و تخم‌مرغ، از بدن شما در برابر رادیکال‌های آزاد محافظت می‌کند. ویتامین K نیز در ماهی، سبزیجات دارای برگ سبز، روغن‌های نباتی و جگر یافت می‌شود و برای لخته شدن خون مناسب است.

فیبر

یکی از مشکلات شایع پس از عمل جراحی یبوست است. به منظور اجتناب از این عارضه‌ی ناخوشایند پس از جراحی، باید مواد غذایی غنی از فیبر مصرف کنید. برخی از غذاهایی که دارای فیبر زیاد هستند، عبارتند از آلو، لوبیا، تخم کتان، گلابی، سیب، سبزیجات تازه، جوی دوسر و نان تهیه شده از غلات

روی

در حالی که تمام مواد مغذی برای روند بهبودی ضروری هستند، روی به دلیل تاثیری که در بهبود زخم دارد، بسیار با اهمیت است. روی یک ماده‌ی معدنی موجود در غذاهای دریایی، گوشت مرغ، گوشت گاو، گوسفند، جگر، آجیل، لوبیا، تخمه‌ی کدو تنبل، دانه‌های کنجد و محصولات لبنی است.

آهن

پس از جراحی، میزان آهن بدن‌تان بسیار پایین است. بنابراین، مهم است که برای مقابله با این وضعیت، غذاهای حاوی آهن را به رژیم غذایی‌تان اضافه کنید. با این حال، مطمئن شوید که بیش از حد آهن مصرف نکنید زیرا ممکن است برای سلامتی شما مضر باشد.

کربوهیدرات

کربوهیدرات‌ها منبع اصلی انرژی برای مغز و عضلات هستند. کربوهیدرات‌های غنی از فیبر شامل میوه‌ها، غلات، لوبیا، سبزیجات و حبوبات مفید هستند، زیرا می‌توانند از بروز یبوست، که عارضه‌ی جانبی ناخواسته‌ی مرتبط با داروهای مسکن است، جلوگیری کنند.

پروبیوتیک‌ها^۱

برای بعضی از عمل‌های جراحی پزشکان آنتی‌بیوتیک را برای جلوگیری از عفونت تجویز می‌کنند. آنتی‌بیوتیک‌ها از جهت پیشگیری از بروز عفونت، قطعاً روند بهبودی را تسریع می‌بخشند؛ ولی در عین حال می‌تواند باعث عدم توازن در سیستم گوارش شما شود و فلورهای طبیعی روده می‌تواند همراه با باکتری‌هایی که ممکن است باعث عفونت شوند، از بین برود. برخی از غذاهای حاوی پروبیوتیک عبارتند از ترشی، سبزیجات، ماست دارای ارگانیسم‌های فعال، کلم‌ترش و شکلات تلخ. این مواد خوراکی می‌توانند به بهبود فرایند هضم کمک کنند.

چربی‌های خوراکی

چربی‌های خوراکی به شما انرژی می‌دهند و نیز در جذب ویتامین‌های محلول در چربی و واکنش ایمنی دخیل هستند. چربی‌های مفید برای قلب از روغن‌های نباتی، روغن زیتون، آجیل، آووکادو استخراج می‌شوند. این چربی‌های سالم به بهبود واکنش ایمنی بدن و افزایش سطح انرژی پس از عمل جراحی کمک می‌کنند.

پس از ترخیص از بیمارستان می‌توانید هر گونه مشکل و سوال خود را با سرپرستار بخش جراحی / سوپروایزر آموزش به بیمار مطرح نمایید.

 ارتباط با بخش جراحی تماس با شماره مستقیم ۰۸۲ ۲۲۲۰ ۸۷

 ارتباط با واحد آموزش به بیمار تماس با شماره ۰۲۳۵۷۰ (داخلی ۲۵۵)

 هماهنگی نوبت ویزیت پزشک جراح تماس با شماره ۰۲۳۵۷۰ (داخلی ۱۰۶)

من برایت دعای کتم کل‌های وجودنازنینت  گاه‌پرمرده‌نشود

برای شاپرک باغچه‌خا‌ت دعای کتم کمال‌باشان هرگز محتاج مرهم نباشد

و برایت صبر زیبا و امید آرزو مندم

و شغای عامل از آن یگانه‌مهربان

^۱ باکتری‌های مفیدی که در بدن زندگی کرده و فواید سلامتی برای بدن دارند.