

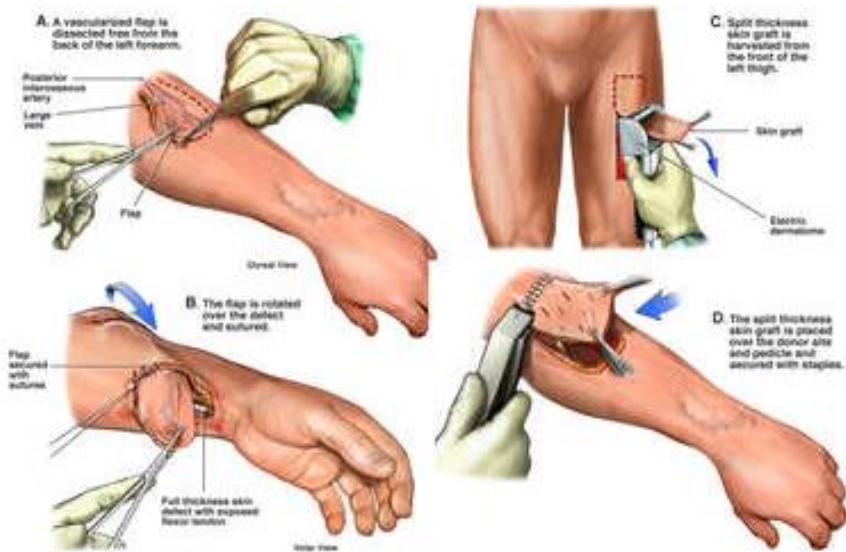
هولانت



واحد آموزش به بیمار

بیمارستان توانبخشی رفیده

عمل جراحی گرفت و فلپ



فهرست عناوین

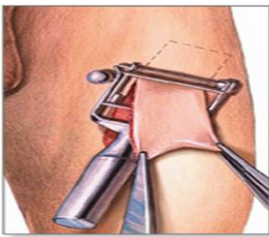
- عمل جراحی گرفت و فلپ ۳
- اقدامات لازم قبل از عمل جراحی ۴
- اقدامات لازم بعد از عمل جراحی ۴
- نشانه های عفونت پس از جراحی ۶
- اصول تغذیه بعد از جراحی ۶

عمل جراحی گرفت و فلپ

برداشتن قسمتی از پوست سالم و پیوند این پوست به ناحیه آسیب دیده را گرافت می گویند. قسمتی از بدن که پوست آن برداشته می شود، دنور می گویند. این قسمت عموماً ناحیه ران ها یا شکم یا پهلوها را شامل می شود. عموماً برداشتن پوست قسمت سالم بدن جهت گرافت پوستی با وسیله ای به نام درماتوم انجام می شود. به طور معمول با درماتوم اپی درم و قسمتی از درم را به اندازه ۸ تا ۱۲ هزارم اینچ بر میدارند. پوست برش خورده را می توان به صورت شیت گرافت (پوست دست نخورده) یا به صورت مش گرافت استفاده کرد. در حالت مش گرافت یک قسمت از پوست، برای ناحیه وسیع تری قابل استفاده است. گرافت ها می توانند به صورت اوتوگرافت (از خود بیمار) یا آلوگرافت (از یک فرد دیگر) یا آلو پلاستیک (ساخته دست بشر) باشند.

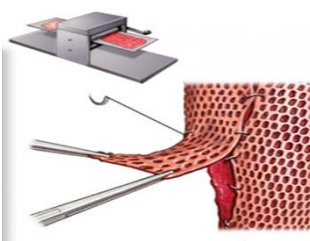
برداشتن قسمتی از پوست از

ناحیه سالم

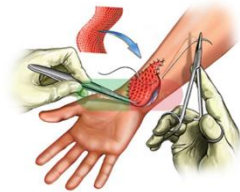


پوست مش گرافت جهت

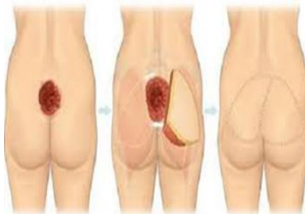
استفاده برای ناحیه وسیع تر



پیوند پوست مش گرفت



فلپ، مجموعه ای از بافت هاست (پوست، عضله، استخوان و عروق) که برای پوشاندن زخم و جبران بافت از دست رفته بکار می رود (یا از اطراف بافت آسیب دیده یا از بافتی در جای دیگر بدن استفاده می شود).



فلپ وگرافت هر دو بافتی هستند که به عنوان پیوند استفاده می شوند. در جراحی فلپ پیوند بافت به همراه عروق تغذیه کننده آن ناحیه انجام می شود، در صورتی که در جراحی گرافت منابع خونی به همراه ناحیه پیوند زده شده، نیست.

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. اگر جراحی شما با بی حسی نخاعی (بی حسی از کمر) انجام شده لازم است در طی ۲۴ ساعت اول به پشت خوابیده و سر خود را از سطح تخت بلند نکنید (حتی از بالشت هم استفاده نکنید) و هر موقع توانستید از راه دهان چیزی بخورید مایعات فراوان مثل آب، آب میوه، چای کم رنگ، قهوه و... به میزان ۱۵-۱۰ لیوان بنوشید. سر درد یکی از عوارض بی حسی نخاعی میباشد، که می توانید با استراحت در بستر (عدم بالا نگه داشتن سر) و مصرف مایعات به میزان کافی از بروز آن پیشگیری کنید. 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 نزنید. ده روز 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. پانسمان محل جراحی یک روز در میان در منزل تعویض شود. ناحیه گرافت و فلپ در معرض مستقیم نور خورشید قرار نگیرد. از هر گونه ضربه و خارش در ناحیه گرافت و فلپ خودداری کرده و حتماً از لباس های نخی و گشاد جهت پوشش استفاده نمایید و از قرار گرفتن در محل گرم و مرطوب خودداری کنید. از حرکات ناگهانی و فشار به عضو فلپ شده خودداری کنید.

روی محل فلپ یا گرفت دراز نکشید و برای پیشگیری از بروز زخم فشاری در نواحی دیگر، هر دو ساعت روی نواحی سالم تغییر وضعیت دهید (برای مثال محل گرفت در ناحیه پشت می باشد در این صورت توصیه می شود به پشت نخوابید اما به روی شکم و پهلوها هر دوساعت تغییر وضعیت دهید) مدت زمان کشیدن نخ های بخیه بستگی به میزان پیوند بافت یا پوست به ناحیه آسیب دیده دارد. پزشک جراح با مشاهده محل عمل بعد از جراحی این زمان را تعیین می کند. در بیماران دیابتی و دارای اختلال ترمیم پوست این زمان طولانی تر است. 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. همچنین رنگ و دمای فلپ باید طبیعی و هم رنگ پوست سالم اطراف باشد.

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

ناحیه دنور بطور متوسط ۷ الی ۱۰ روز پس از عمل ترمیم می شود. از ضربه یا خارش این ناحیه خودداری نمایید. همچنین در معرض نور مستقیم خورشید قرار نگیرید.

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

از هرگونه حرکات ناگهانی، فشار و خوابیدن به روی ناحیه فلپ شده جداً خودداری نمایید. خوابیدن بر روی محل عمل و فشار ایجاد شده بر این ناحیه موجب رد پیوند و عمل جراحی ناموفق خواهد شد. 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 از 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 تاثیری 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، تخم‌مرغ، 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

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 بر این 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 کامل.

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.

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 ارگانیس‌های 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 هرگونه مشکل و سوال خود را با سرپرستار بخش جراحی / سوپروایزر آموزش به بیمار مطرح نمایید.

☎ ارتباط با بخش جراحی تماس با شماره مستقیم ۸۲ ۲۲۲۰۸۲

☎ ارتباط با واحد آموزش به بیمار تماس با شماره ۲۳۵۷۰ (داخلی ۲۵۵)

☎ هماهنگی نوبت ویزیت پزشک جراح تماس با شماره ۲۳۵۷۰ (داخلی ۱۰۶)

من بابت دعای کنم کل های وجود ما زینت هیچ گاه پرمرده نشوند

برای شاپرک باغی حاضرات دعای کنم که بال ایشان هرگز محتاج مرهم نباشد

و بابت صبر زیبا و امید آرزو مندم و شغای عاقل از آن یکله مهربان

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