


رقم الوثيقة : ١١-١٢٣/١٢٣/١٣٩٧	بیمارستان خیریه ۲۲ بهمن کارت تخلیص	
تاریخ صدور : ۹۷/۰۲/۱۸ رقم الرجاء: ۰۰		
اسم / اسم العائلة:		رقم المؤلف:
تاریخ المراجعة التالى : ۱۳ / /	تاریخ تخلیص: ۱۳ / /	تاریخ الاستقبال: ۱۳ / /

النصائح قبل العملية:

* نوم المريض يوم العملية واعطاء علاج اذا استدعى الأمر

يلبس المريض مريضة عمليات ويترك جميع متعلقاته مثل ساعة يد أو أسنان صناعية أو مال في دولاب غرفته.
يزال بنس الشعر من المريضات ويضفر الشعر صغيرة وتلبس المريضة غطاء الشعر.

* تفريغ المثانة قبل الذهاب لغرفة العمليات

* اعطاء المريض حقنة شرجية اذا استدعى الامر

* مراجعة الملف والتأكد من البيانات

* التأكد من جاهزية جسم المريض واخذ العلامات الحيوية خاصة الحرارة

* التأكد من اعطاء العلاج قبل العملية

* تغيير لباس المريض والباسه لباس العمليات

* وضع الأمانات عند الاستقبال

* وضع طقم الأسنان اذا كان يملك فى مكان امن

* التأكد من نظافة الأظافر

* خلع العدسات اللاصقة

* مرافقة المريض الى غرفة العمليات

لعناية التمريض قبل العملية

للعملية الجراحية شروط قبل القيام بها من قبل الطاقم التمريضى وهى كالتالى:

يعطى للمريض عشاء خفيفا ثم يطلب منه عدم الاكل أو الشرب بعد ذلك لتلافي تقيء المريض فى العملية أو حدوث المشاكل بعد العملية

تعمل للمريض حقنة شرجية لتخليص الامعاء من فضلات الطعام

يطلب من المريض أن يستحم ويغسل شعره ثم يحضر مكان العملية بإزالة الشعر وذلك بحلقة أو قصه ويفضل إزالة الشعر بالكريمات وذلك

لتفادى حدوث جروح بالجلد او التهابات

يجب التأكد من ان جميع نتائج التحاليل و الفحوصات موجودة بملف المريض

يعطى المريض قرص منوم لمساعدته على الغسرخاء و النوم

تحضير ملف التمريض:

* توقيع المريض على العملية	* فحوصات التمريض المخبرية	* صورة دم كاملة cbc
* كيمياء الدم Blood chemestery	* تحليل البول	* الأشعة
* أشعة الصدر	* أشعة فى مكان العملية	* أى صور اخرى
* رسم قلب (تخطيط)	* EDG للمرضى فوق ٣٠ سنة	

نصائح ما بعد عملية شد البطن للرعاية الطبية

هناك بعض من النصائح بعد عملية شد البطن التي تلعب دوراً في سرعة وفعالية الاستشفاء . أشياء مثل عادة التدخين، ومستويات النشاط بعد العملية، والاستجابة المناعية للجسم، وقدرتك الطبيعية على الشفاء كلها تسهم في هذه العملية.

تم تطوير تقنيات جراحية متنوعة لتسريع وقت التعافي والحد من المضاعفات، ولكن خطر حدوث مضاعفات ثانوية لا يزال قائماً. إن الطريقة الأكثر فعالية لتقليل خطر حدوث مضاعفات ما بعد الجراحة هي اتباع جميع إرشادات الاستشفاء تماماً كما تم توفيرها لك من قبل الطبيب.

الأسبوع الأول من الاستشفاء

الأسبوع الأول من الاستشفاء عادة ما يكون أكثر الأسابيع التي تعاني فيها من عدم الارتياح بعد عملية شد البطن. يمكنك أن تتوقع تورم البطن وحدوث الكدمات والتقرح. يمكن أن تساعد أكياس الثلج في تقليل التورم، وسيتم وصف دواء مسكن للألم للمساعدة في تقليل الأعراض أثناء الشفاء.

من المهم أن تأخذ دواء الألم الخاص بك في الوقت المناسب، لأن ذلك سيساعد على إزالة الأعراض قبل أن يصبح الألم سيئاً للغاية. سوف ينتهي بك الأمر في الواقع إلى أخذ كمية أقل بكثير من الأدوية للألم إذا التزمت بجدولك.

سيتم أيضاً وصف بعض المضادات الحيوية لوقف حدوث العدوى. تتطلب جميع إجراءات عملية شد البطن شفاً واسعاً إلى حد ما، تاركاً جسمك مفتوحاً لهجمات الميكروبات الموجودة فعلياً في الهواء. التمسك بالجدول الدقيق للمضادات الحيوية، والذي يتضمن استكمال الكورس المفترض، سيساعد دفاعات الجسم الطبيعية على إبقاءك خالي من العدوى، وتسريع الشفاء.

بعد الجراحة، سيتم تضييد بطنك وستبدأ في استخدام ملابس الضغط مثل الضاغط البطنى. هذا سيساعد على تقليل التورم، ومنع تشكيل جلطات الدم، ويساعد جسمك في الشفاء إلى الكفاف المطلوب. يجب تغيير الضمادات ويجب تنظيف المنطقة بعناية كل يوم، ويجب ارتداء الملابس الضاغطة ٢٤ ساعة في اليوم خلال الأسابيع الأربعة الأولى.

بالإضافة إلى الضمادات والضواغط البطنية، قد تكون أيضاً مصحوبة باستسقاء بطنى. هذا هو السماح لإزالة السوائل الزائدة من الجسم أثناء عملية الشفاء. إذا تم استخدامها في حالتك، سيتم إعطاؤك تعليمات محددة حول كيفية تنظيف المنطقة وتفرغ المصارف وتسجيل حجم السائل الذي تمت إزالته.

أخيراً، يجب أن تحاول الاسترخاء بقدر ما تستطيع في الأسبوع الأول إلى ١٠ أيام، بدون نشاط زائد أو عمل منزلي لمدة أربعة إلى ستة أسابيع على الأقل. الاستلقاء مع الحصول على وسادة أسفل الركبتين وتحت رأسك للمساعدة في تخفيف الانزعاج. يجب عليك أيضاً أن تستحم بحمام الاسفنج فقط للأسبوع الأول على الأقل.

لن تكون طريح الفراش، يجب أن تحاول المشي بضع دقائق على الأقل كل ساعة للحفاظ على تدفق الدورة الدموية. من المرجح أنك تسير بشكل منحنى لفترة قصيرة، على الأقل حتى تتم إزالة الغرز. يجب أن تتجنب الكحول والنيكوتين والحفاظ على نظام غذائي منخفض الصوديوم طوال فترة الاستشفاء.

الأسبوع الثاني من الاستشفاء

بحلول الأسبوع الثاني من الاستشفاء، يجب أن تلاحظ أن الألم بدأ ينحسر وأن أى كدمات يجب أن تبدأ فى التلاشى. يجب أيضا أن يبدأ التورم بالانخفاض، ولكن من المؤكد تقريبا أن يكون موجودا. يجب أن تظل متابعا لتعليماتك المتعلقة بالألم وأدوية المضادات الحيوية، وكذلك التمسك بالأنشطة الخفيفة فقط. اتباع هذه التعليمات سيكون له تأثير إيجابى على التورم والألم.

عادة ما يتم إزالة الغرز فى هذه المرحلة، على الرغم من الاعتماد على تفاصيل الجراحة وسرعة الشفاء، قد لا ينطبق ذلك عليك. يجب أن تستمر فى تغيير الضمادات وتنظيف منطقة الجرح وفقا لجدول منتظم، وفقا للتعليمات. يجب أن يستمر ارتداء ملابسك الضاغطة طوال فترة الاستشفاء. خلال الأسبوع الثانى بعد شد البطن، سيتم تشجيعك على البدء فى المشى خفيفا للحفاظ على دوران الدم بشكل جيد ومنع تكون جلطات الدم. قد يشعر بعض المرضى بالراحة الكافية للعودة إلى العمل بعد ١٠ إلى ١٤ يوما فقط، ولكن يجب تجنب أى نوع من الأنشطة الشاقة.

الأسبوع الثالث والرابع من الاستشفاء وما بعدها

بحلول الأسبوع الثالث والرابع من الاستشفاء قد تشعر إلى حد كبير بإحساس طبيعى. عند هذه النقطة يمكنك عادة أن تبدأ روتين التمارين الخفيفة. ومع ذلك، فإن التمارين الصعبة مثل تمارين ألعاب القوى أو رفع الأثقال يجب أن يتم تأجيلها لبضعة أسابيع أخرى. يتم استشفاء معظم المرضى بشكل كامل بحلول الأسبوع السادس تقريبا، وبعد الموافقة عليه من قبل الطبيب، يمكنهم العودة إلى التمارين الرياضية الكاملة ومستويات النشاط البدنى الكامل.

يجب أن يكون الألم والتورم والكدمات على وشك الانتهاء لمدة تتراوح بين ثلاثة وأربعة أسابيع. فى هذه المرحلة، ربما يُنصح بالتوقف عن ارتداء الملابس الضاغطة، ويمكنك العودة إلى أنشطتك اليومية العادية. سيشمل ذلك نظامك الغذائى المعتاد، بالإضافة إلى استهلاك الكحول باعتدال. حتى المدخنون يمكنهم استئناف عاداتهم بعد الأسبوع الرابع، على الرغم من أنك قد ترغب فى استغلال الفرصة للتخلى عن هذه العادة للأبد.

ما الذى يمكنك توقعه بعد عملية شد البطن ؟

سوف يناقش طبيبك كم من الوقت يلزمك قبل أن تتمكن من العودة إلى مستوى الطبيعى من النشاط والعمل بعد عملية شد البطن. بعد الجراحة، سوف تتلقى أنت ومقدم الرعاية الخاص بك تفصيلا لتعليمات الرعاية، بما فى ذلك معلومات حول:

- تصريف السوائل، إذا تم وضعها
- الأعراض العادية التى ستقابلك
- الدواء والمرهم الذى يُسمح لك باستخدامه
- أى مؤشرات تدل على حدوث المضاعفات بعد العملية

قد تتوقع التالى مباشرة بعد الإجراء:

- الدوخة والقلق والغثيان بسبب التخدير الذى يزول تدريجيا مع استخدام بعض أدوية الألم، والتى يجب أن تمر خلال بضع ساعات.
- قرحة فى البطن أو فى مكان الشقوق، يمكن السيطرة عليها باستخدام مسكنات الألم
- عدة أيام من الراحة فى السرير

- يتم تغطية موقع الشق بالملايس، ومن الضروري أيضا ارتداء ملابس ضغط مرنة واسعة لعدة أسابيع، للحد من التورم وتقديم الدعم للبشرة أثناء شدها.
 - قد يكون لديك أنابيب فى شقك لتصريف السوائل.
 - عادة ستتم إزالة الغرز التقليدية خلال الأسبوع الأول أو الثانى لن تكون هناك حاجة لإزالة الغرز القابلة للامتصاص.
 - عادة ما يهدأ أى احمرار وكدمات وتورم فى غضون ١-٣ أسابيع بينما يتكيف جسمك مع الخطوط الجديدة والشقوق.
- وقت الاستشفاء بعد إجراء شد البطن هو ٦ أشهر أو أكثر. فى الأيام القليلة الأولى، فإن إدارة الألم وتجنب التعقيدات هو أهم أولوياتك. بعد بضعة أسابيع، يصبح استعادة القدرة على الحركة واللياقة البدنية ممكنا، وبعد عدة أشهر يمكنك البدء فى تقييم النتيجة الجمالية للجراحة.
- نتائج الإجراء الخاص بك هى دائمة. يمكن أن يساعد الحفاظ على نمط حياة صحى يتضمن النظام الغذائى والتمارين والأنشطة الإيجابية فى دعم النتائج المستمرة لشكلك الجديد الأكثر جاذبية.
- نصائح بعد عملية شد البطن بشأن النظام الغذائى
- لا يوجد نظام غذائى محدد ضرورى. إن اتباع نظام غذائى صحى ومتوازن يحتوى على كمية كافية من البروتين والتمارين الرياضية سيساعدك على الحفاظ على النتائج التى تحصل عليها من العملية.
 - شرب الكثير من السوائل والحفاظ على تغذية جيدة من البروتين الكافى.
 - بعد الاستشفاء، من المستحسن التأكد من موازنة السعرات الحرارية مع مستوى نشاطك.
 - لا تأكل الأطعمة المجهزة والمحفوظة، سوف يؤدى الصوديوم إلى انتفاخ البطن.
 - لا تشرب الصودا، سوف يسبب ذلك الغازات والانتفاخ.
- ما هى التوقعات الواقعية بعد عملية شد البطن ؟
- يمكن لعملية شد البطن أن تزيل ما لا يزيد عن ٥٠٠٠ سم مربع من الدهون مما يؤدى إلى عملية يمكن أن تستمر حتى ٥ ساعات.
 - لا يمكن الاستعاضة عن الجراحة ببرنامج لإنقاص الوزن على الرغم من أن البطن أكثر اتساعا، يمكن تقليل الوزن بمقدار ٣-٦ رطل فقط من خلال العملية.
 - قد تستغرق ندبات الشق حوالى ٩ أشهر للشفاء وتلاشى بشكل كبير ولكنها لن تختفى تماما.
 - يمكن لهذه العملية شد عضلات البطن التى أصبحت مترهلة مع مرور الوقت.
 - تعمل الجراحة عند حدوث تغييرات كبيرة فى البطن بسبب الحمل والشيخوخة.
 - هو إجراء دائم نسبيا ولكن النتائج تميل إلى التغيير إذا كانت هناك تغييرات كبيرة فى وزن المريض.

