

## بسمه تعالی

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی سینا



دانشگاه علوم پزشکی تبریز  
مرکز آموزشی درمانی سینا

## تومور مثانه

تهیه و تنظیم: عبدی کارشناس پرستاری

منبع: کتاب آموزش به بیمار

تالیف ماری ام. کاتبیو ترجمه دکتر نصیربای

تایید کننده علمی: اساتید بخش ارولوژی

تاریخ تدوین آبان ۱۳۹۸

تاریخ بازنگری: شهریور ۱۴۰۱

## آموزشهای بدو بستری:

۱- دستبند شناسایی که به دست غالب شما بسته شده است تا زمان ترخیص نگهداری کنید.

۲- به علت خطر سقوط از تخت همیشه نرده کنار تخت بالا باشد.

۳- حتماً قبل از خروج از تخت ۱۰ دقیقه در وضعیت نشسته و پاها آویزان باشد و سپس اقدام به خروج از تخت نمایید.

۴- همراه بیمار باید قبل از انجام هر اقدامی برای بیمار، به پرستار اطلاع دهد.

۵- نام پزشک خود را بدانید و نام پرستار خود را در هر شیفت پیروید.

۶- درمورد فعالیت و نوع تغذیه از پزشک یا پرستار خود سوال کنید.

۷- در موقع ترخیص از مکان و زمان مراجعه به پزشک خود آگاه باشید.

عمل جراحی، تحت بیهوشی عمومی یا بی حسی نخاعی انجام می شود.

## مراقبت های قبل از بیهوشی:

تا ۲۴ ساعت قبل از عمل سیگار و مواد مخدر و مشروبات الکلی مصرف نکنید.

زیرا بر میزان تزریق داروهای بیهوشی و مراقبت های حین و بعد از آن اثر مستقیم دارد. شب قبل از عمل شام سبک بخورید و تا ۸ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید.

## مراقبت های بعد از بی حسی نخاعی:

تا مدتی پس از عمل پاهایتان حس نخواهد داشت لذا تا زمانی که حس پاهایتان بر نگشته است بالش زیر سرتان باشد پس از برگشت حس پاها (تا حدود دو ساعت پس از عمل) بالش را از زیر سر خود برداشته و تا بیست و چهار ساعت سر خود را بالاتر از سطح بدن نیاورید.

از زمانی که اجازه نوشیدن مایعات پیدا کردید، مایعات زیاد بنوشید (آب، آب میوه، چای کم رنگ، قهوه و....) تا از سردرد پیشگیری شود.

## آموزشهای لازم درتومور مثانه:

۱- درمورد چرخیدن در تخت، سرفه کردن، تنفس عمیق و خارج شدن از بستر و حرکت از پرستار سوال کنید.

۲- انجام تنفس عمیق و بازدم با لبهای غنچه به باز شدن ریه بعد از عمل کمک میکند.

شب قبل از عمل موضع عمل را با ماشین موزر بتراشید و استحمام کنید.

لنز، عینک و دندان مصنوعی خود را در قاب مخصوص بگذارید. زیرا همراه بودن آن در حین بیهوشی خطرناک است.

۳- در عرض ۸-۶ ساعت پس از عمل جراحی مقداری آب برای نوشیدن داده میشود در صورت تحمل به تدریج مایعات بیشتری بنوشید و سپس یک رژیم غذایی سبک بخورید در صورتی می توانید غذا و مایعات بخورید که پزشک اجازه بدهد. از مصرف الکل، دخانیات، چای و ادویه جات که سبب تحریک مثانه میشود اجتناب کنید. مصرف مایعات به میزان ۱۰-۱۲ لیوان در روز استفاده شود.

۴- هنگامی که کمی حالت بیهوشی از بین رفت در اسرع وقت شروع به حرکت دادن اندامهای خود کنید و در بستر بچرخید حتی زمانی که در رختخواب هستید، انجام تنفسهای عمیق و تمرینات پا را شروع کنید. این حرکات به جلوگیری از ایجاد عفونت قفسه سینه یا لخته شدن خون در پاها کمک می کنند واز دراز کشیدن طولانی مدت اجتناب کنید.

۵- از جوراب الاستیک بلندران در زمانی که بیمار محدودیت به استراحت در تخت دارد استفاده کنید و نقاط تحت فشار را ماساژ دهید جوراب ها را هر ۶-۴ ساعت از پاها خارج کنید.

۶- مراقب محل پوست کیسه استومی باشید مدفوع آبی که به علت نصب حالبهای کلیه ها به رکتوم می باشد

۷- فعالیت های سبک را انجام دهید و فعالیت های معمول را پس از ۴ تا ۶ هفته از سرگیریید.

۸- در این زمان اکثر بیماران می توانند رژیم غذایی معمول داشته باشند. البته چون عملکرد روده پس از جراحی برداشتن مثانه آهسته می شود، توصیه می شود تا زمان اولین ویزیت پس از جراحی وعده های غذایی کوچکتر اما بیشتری میل کنید و مایعات فراوان بنوشید.

۹- رعایت بهداشت ناحیه پرینه حداقل روزی دو بار و ناحیه رکتوم بعد از هر اجابت انجام شود.

۱۰- تمیز نگه داشتن دهانه ی خروج ادرار : اگر روی شکم دهانه ای برای خروج ادرار ایجاد شده باشد، باید این دهانه را تمیز و ضد عفونی شده نگه داشت و فقط از سوندهای استریل برای تخلیه آن استفاده کنید.

هر روز راه بروید، راه رفتن روند التیام را تسریع می بخشد، افسردگی پس از عمل را کاهش می دهد و توان عضلانی را افزایش می دهد. التیام یافتن کامل ناحیه جراحی معمولاً ۶ هفته طول می کشد. انجام دادن ورزش های سنگین، بالا رفتن از پله های زیاد و بلند کردن اشیاء سنگین در دوران نقاهت ممنوع است. بیمار سه تا چهار هفته پس از جراحی در صورتی که حال مساعدی

داشته باشد و مسکن مصرف نکند میتواند رانندگی کند.

۱۱- در صورت داشتن تب ولرز، خون روشن در ادرار به صورت مداوم پس از چند روز، نشت و تراوش ادرار از محل کاتتر، عفونت زخم، قرمزی، تندرئس، گرمی در لمس، ترشح چرک، آغاز یا افزایش ترشح و خونریزی از واژن، درد گرفتن یا ورم کردن پاها، درد ناگهانی قفسه سینه، یا تنگی نفس، حالت تهوع شدید یا استفراغ، مسدود شدن سوند به اورژانس مراجعه کنید.

۱۲- در مورد حمام کردن از پزشک معالج سوال شود.

۱۳- تماس با واحد پاتولوژی ۲۰-۱۵ روز بعد از عمل جهت دریافت جواب نمونه ارسالی از تومور مثانه با شماره تلفن ۳۵۴۹۸۴۵۶ و ۳۵۴۹۸۲۳۳

۲۰- جهت معاینه مجدد و برداشتن سوند و بخیه های محل عمل حتما یک هفته بعد از عمل به پزشک معالج مراجعه نمایید.