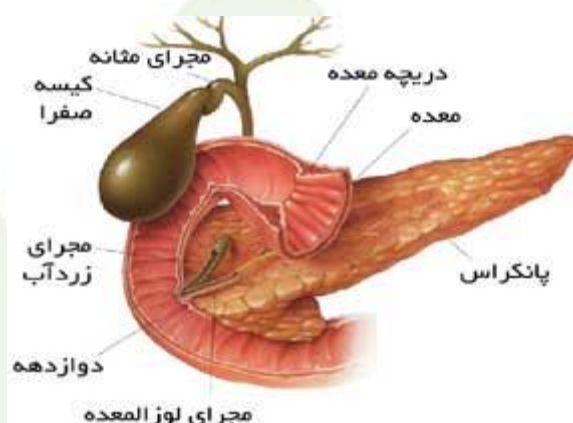


سنگ کیسه صفرا (کله سیستکومی)



زرد آب یا صفرا مایع آبکی است که در کبد ساخته و در کیسه ای به نام کیسه صفرا نگه داری می شود معمولاً این مایع آبکی، غلیظ شده و تشکیل سنگ می دهد. گاهی به صورت شن ریزه و گاهی نیز درشت می باشد. اکثر مردم حتی نمی دانند که سنگ کیسه صفرا دارند چون معمولاً علامتی ندارد و گاهی برای انجام تست و بررسی بیماری دیگری ممکن است متوجه این موضوع گردند.

سنگ های کیسه صفرا معمولاً مخلوطی از چربی و رنگ دانه های صفراوی هستند. این ۲ ماده از کبد ترشح می شوند و در کیسه صفرا ذخیره می گردند. تنها سنگ هایی نیاز به جراحی دارند که علامت دار باشند (درد - التهاب لوزالمعده - زردی) در شرایط خاص سنگ های بدون علامت نیز باید جراحی شوند. این عمل به ۲ روش باز و بسته (لاپاراسکوپی) انجام می شود که در هر دو حالت تحت بیهوشی عمومی می باشد.

جراحی لاپاراسکوپی چیست؟

در روش لاپاراسکوپی، با ایجاد چند سوراخ در شکم جراحی انجام می شود. انتخاب روش جراحی بستگی به نظر جراح و متخصص بیهوشی دارد. گاهی ممکن است ابتدا جراح اقدام به انجام لاپاراسکوپی کند ولی در حین جراحی متوجه شود که امکان خارج کردن کیسه صفرا با لاپاراسکوپی وجود ندارد. در این صورت لاپاراسکوپی تبدیل به عمل جراحی باز می شود که به صلاح بیمار می باشد.

. در جراحی لاپاراسکوپی، بهبودی سریع تر و زمان بستری کوتاه تر است معمولاً بیشتر بیماران یک تا دو روز بعد از جراحی ترخیص می شوند. بعد از بهبودی محل جراحی کمتر مشخص می شود و عوارضی مثل عفونت زخم و فتق ناحیه عمل کمتر است.

مراقبت های قبل از عمل جراحی

۱۰ - ۷ روز قبل از عمل داروهایی که باعث خونریزی می شوند مانند آسپرین و وارفارین باید زیر نظر پزشک معالج قطع گردد. برای جراحی از خوردن و آشامیدن از نیمه شب قبل از عمل جراحی پرهیزید استحمام روز قبل و تراشیدن موهای ناحیه ی شکم صبح روز عمل انجام می شود.

بعد از جراحی در روز اول

در چند ساعت بعد از عمل تا هوشیاری کامل باید در بستر استراحت کنید. در صورت داشتن درد طبق توصیه پزشک به شما مسکن تجویز خواهد شد (از مصرف خودسرانه مسکن جداً پرهیزید چون ممکن است عوارض خطرناکی به همراه داشته باشد). آنتی بیوتیک دستور داده شده را تا آخر مصرف کنید. ممکن است بعد از عمل دردی در ناحیه ی شانه راست حس شود که طبیعی است و برطرف خواهد شد. در صورت صلاحدید پزشک از ۲۴ - ۱۲ ساعت بعد از جراحی می توانید به آرامی راه بروید و در صورتی که تهوع و استفراغ نداشتید رژیم غذایی را با حجم کم مایعات شروع کنید. به خاطر داشته باشید که تحرک بعد از جراحی اهمیت زیادی در تسریع بهبودی شما دارد. در ساعات اولیه حتی می توانید در بستر بغلتید مگر پزشک شما را منع کرده باشد. دراز کشیدن به مدت طولانی روند بهبود شما را کند می کند در صورتی که خودتان نمی توانید حرکت کنید از پرسنل بخش بخواهید که در تغییر وضعیت و راه رفتن به شما کمک کنند.

برای مراقبت از زخم جراحی به این توصیه ها عمل کنید

- با نظر پزشک سه تا پنج روز پس از ترخیص هر روز پانسمان زخم را عوض کنید در صورت نداشتن ترشح پس از ۵ روز، دیگر نیازی به تعویض پانسمان نیست اما در صورت ادامه ترشح، قرمزی یا درد غیر معمول در اسرع وقت با پزشکان مشورت نمائید.
- زخم عمل را تمیز نگه دارید این کار از ایجاد عفونت زخم جلوگیری می کند.
- در صورتی که زخم قرمز یا متورم شد و یا ترشح داشت با پزشک خود تماس بگیرید.
- از فعالیت هایی که شکم و زخم را تحت کشش قرار می دهند (مانند بلند کردن وزنه، زور زدن یا ورزش های سنگین) تا سه ماه پرهیز کنید.
- در صورت صلاحدید پزشکان می توانید ۲ تا ۳ روز پس از جراحی دوش بگیرید. در روزهای ابتدایی از کشیدن کیسه ویا لیف به زخم خودداری کنید.
- اگر از قبل دارویی مصرف می کرده اید حتماً پزشک و پرستار خود را در جریان بگذارید
- در صورت نیاز به گواهی پزشکی قبل از ترخیص، آن را از پزشک خود مطالبه کنید.

بخیه ها

خارج کردن بخیه ها نیازمند جوش خوردن کامل زخم محل جراحی است این زمان بسته به شرایط شما دارد و با نظر پزشک تعیین می گردد. معمولاً بخیه ها پس از ۱۰ روز برداشته می شوند.

پس از عمل جراحی چه هنگام می توانم فعالیت های روزمره را از سر بگیرم؟

- به طور معمول می توانید فعالیت های عادی خود را ۵ - ۳ روز پس از جراحی از سر بگیرید. از پزشک خود در مورد زمان برگشت به کار سؤال کنید این موضوع به نوع کار شما بستگی دارد معمولاً حدود یک هفته تا ۱۰ روز پس از ترخیص می توانید سرکار بروید ۲ تا ۳ ماه از روش سنگین و برداشتن وزنه های سنگین خودداری نمائید.
- در صورت جراحی باز به مدت ۴ تا ۶ ماه وقتی از خواب بیدار می شوید مرتباً از شکم بند استفاده کنید.

- هر چه سریع تر فعالیت های سبک مانند راه رفتن آرام را آغاز کنید بی تحرکی و دراز کشیدن به مدت طولانی ممکن است باعث افزایش خطر ایجاد لخته در پاها و عوارض دیگر بعد از جراحی شود.

رژیم غذایی بعد از جراحی

- معمولاً ۲۴ - ۱۲ ساعت بعد از جراحی طبق نظر پزشک از مایعات رقیق و کم حجم استفاده کنید مثل آب معمولی، چای کم رنگ، آب میوه های شیرین صاف شده و رقیق (اگر دیابت ندارید) و سوپ تهیه شده از گوشت تازه بدون چربی و صاف شده. بهتر است تا چند روز از رژیم غذایی نرم مثل سبزیجات پخته، پوره و در نهایت در صورت میل داشتن و طبق دستور پزشک غذای معمولی استفاده کنید از غذاهای نفاخ و سنگین تا یک هفته پرهیز کنید.
- بعد از ترخیص از بیمارستان مصرف سبزیجات فراوان و میوه ها به دلیل فیبر بالای آن ها برای شما توصیه میشود. غلات کامل، سبوس و نان های سبوس دار باید در رژیم غذایی شما گنجانده شود، از مصرف غذاهای سرخ کرده، ماهی کنسرو شده در روغن، سوسیس، سس، آب گوشت، نیمرو، کره، خامه و سایر غذاهای پرچرب باید پرهیز کنید. بهترین راه تامین چربی عبارت است از استفاده از چربی های گیاهی،
- چربی های قابل رویت باید به طور کامل از گوشت پاک شود و غذاها بیش تر از طریق پخت کردن و برشته کردن تهیه شوند. پروتئین دریافتی نیز باید از طریق شیر کم چرب، پروتئین های گیاهی، سفیده ی تخم مرغ و گوشت های کم چرب (مثل ماهی) تامین شوند
- توجه: در صورت داشتن هر یک از علائم زیر پس از ترخیص به پزشک خود مراجعه کنید:
- درد شدید که با مسکن بهبود نیابد- ضعف و بی حالی - تب و لرز- استفراغ یا مدفوع سیاه و خونی - قرمزی، تورم یا خارج شدن ترشح از محل برش جراحی، تهوع، نفخ شدید شکم و عدم دفع گاز روده و مدفوع - اسهال آبکی کم و غلیظ شدن ادرار، تنگی نفس، تپش قلب یا درد قفسه سینه، زردی پوست یا چشم.

پزشک تایید کننده: آقای دکتر پوریا محله یوسفی

واحد ارتقای سلامت و آموزش همگانی

بیمارستان آریا رشت