

دستورات و آگاهی های لازم برای بیماران پس از جراحی لارنژکتومی

موارد مورد انتظار بعد از جراحی

- شما تحت عمل جراحی لارنژکتومی قرار گرفته‌اید که در آن حنجره (جعبه صوتی) شما برداشته شده است. اکنون، تراشه (نای) شما به یک سوراخ در جلوی گردن‌تان به نام استوما متصل شده است. این سوراخ، به اندازه سکه در جلوی گردن شماست که مستقیماً به ریه‌های شما متصل می‌شود. شما اکنون از طریق استوما تنفس می‌کنید (که به آن "تنفس گردنی" نیز گفته می‌شود)
- برداشتن حنجره توانایی صحبت کردن شما را به روشی که قبل از عمل داشتید، از بین می‌برد. به همین دلیل، باید قبل از رفتن به خانه با روند مراقبت از خود آشنا باشید. سوالات خود را از پزشکتان بپرسید و تا حد ممکن خودتان از خود مراقبت کنید.
- شما پس از جراحی از طریق لوله ی بینی تغذیه خواهید کرد و مدت زمان استفاده از لوله بر حسب جراحی شما و نظر پزشکتان متفاوت است و در طول این مدت اجازه ی هیچ گونه نوشیدن و خوردن از راه دهان را نخواهید داشت. پس در نگهداری از آن کوشا باشید

مراقبت های پس از جراحی

- دستورات دارویی و انتی بیوتیک ها را تحت نظر پزشکتان در منزل ادامه دهید
- داروهای پس از ترخیص را از طریق لوله ی تعبیه شده از راه بینی دریافت کنید
- ۴۸ ساعت پس از جراحی با کمک همراه استحمام کنید

مراقبت از پوست

- با استفاده از یک چراغ قوه و آینه، به استوما نگاه کنید.
- پوست اطراف استوما را با سرم نمکی استریل حداقل دو بار در روز و در صورت نیاز بیشتر از دو بار به آرامی تمیز کنید.
- ناحیه اطراف استوما و داخل دیواره تراشه را به طور مرتب برای وجود مخاط و پوسته‌هایی که ممکن است تشکیل شده باشد بررسی کنید (به ویژه در صبح، زیرا پوسته‌ها ممکن است در طول شب تشکیل شوند).

دستورات و آگاهی های لازم برای بیماران پس از جراحی لارنژکتومی

- اندازه استوما را زیر نظر داشته باشید؛ اگر متوجه شدید که کوچکتر می شود، باید با پزشک خود مطرح کنید. و بدانید که اگر خیلی کوچک شود یا بسته شود، نمی توانید نفس بکشید.

لوله استوما

- پس از اتمام عمل جراحی، ممکن است یک لوله سیلیکونی نرم (که به آن لوله استوما گفته می شود) در استوما قرار داده شود.
- اگر با لوله استوما به خانه فرستاده شدید، باید آن را تمیز نگه دارید و با یک بند که به شما داده شده، در جای خود محکم کنید. اطمینان حاصل کنید که لوله به خوبی محکم شده اما نه خیلی تنگ؛ باید بتوانید دو انگشت زیر بندها جا دهید. اگر متوجه شدید که استوما کوچکتر می شود یا قرار دادن لوله سخت تر شده، فوراً با پزشک خود تماس بگیرید.

رطوبت دهی

بینی و دهان شما هوا را گرم و مرطوب می کنند. از آنجایی که دیگر از طریق بینی و دهان نفس نمی کشید، باید این رطوبت را جایگزین کنید تا ترشحات شما شفاف و روان بمانند. بدون رطوبت اضافی، ترشحات شما ممکن است غلیظ و خروج آنها دشوار شود که تنفس را مشکل می کند و خطر ابتلا به ذات الریه (عفونت) را افزایش می دهد. اگر ترشحات شما آنقدر غلیظ شود که نتوانید راه هوایی خود را پاک کنید، نمی توانید نفس بکشید. برای حفظ رطوبت و کمک به پاکسازی ترشحات:

- مایعات زیادی بنوشید تا ترشحات شما رقیق باقی بماند، حدود ۱۰ لیوان در روز.
- یک دستگاه بخور در فضای اصلی زندگی خود در طول روز نگه دارید. این دستگاه می تواند بخور گرم یا سرد باشد و باید هر هفته تمیز شود تا از عفونت ها جلوگیری شود.
- از یک دستگاه بخور کوچک گرم یا سرد در کنار تخت خواب خود در شب استفاده کنید.

ساکشن

ساکشن به شما کمک می کند تا ترشحات غلیظ را از راه هوایی خود خارج کنید. این عمل معمولاً توسط پرستاران یا پزشکان انجام می شود، اما اگر نیاز به دستگاه ساکشن در خانه دارید، می توانید با پزشک خود در مورد

دستورات و آگاهی های لازم برای بیماران پس از جراحی لارنژکتومی

چگونگی انجام آن مشورت کنید.

نکات مهم در مورد ساکشن

- **دستگاه ساکشن:** اگر پزشک شما به شما توصیه کرده است که دستگاه مکش خانگی داشته باشید، مطمئن شوید که دستگاه به درستی کار می‌کند و همیشه در دسترس است.
- **لوله های ساکشن:** از لوله های نرم و استریل استفاده کنید. این لوله ها باید به اندازه کافی نازک باشند تا در استوما قرار بگیرند و به راحتی ترشحات را جمع‌آوری کنند.

تکنیک ساکشن

- قبل از شروع، دستان خود را بشویید و از دستکش استریل استفاده کنید.
- لوله ساکشن را به آرامی وارد کنید و سپس دستگاه را فعال کنید.
- مدت زمان مکش باید کوتاه باشد (حدود ۵ تا ۱۰ ثانیه) تا از تحریک راه هوایی جلوگیری شود.
- بعد از ساکشن، لوله را خارج کنید و دوباره دستان خود را بشویید.

تغذیه

پس از عمل، ممکن است نیاز به تغییراتی در رژیم غذایی خود داشته باشید:

- **غذاهای نرم:** در روزهای اول پس از خارج کردن لوله ی بینی توسط پزشکتان ، غذاهای نرم و مایع مانند سوپ‌ها و پوره‌ها را مصرف کنید.
- **آب و مایعات:** نوشیدن مایعات کافی برای جلوگیری از کمبود آب بسیار مهم است.
- **اجتناب از غذاهای تند یا ادویه‌دار:** این نوع غذاها ممکن است باعث تحریک گلو و راه هوایی شما شوند.

فعالیت‌های روزمره

بعد از عمل، ممکن است نیاز به تغییراتی در فعالیت‌های روزمره خود داشته باشید:

- **استراحت:** تا زمانی که احساس خستگی می‌کنید، استراحت کنید و به بدن خود زمان دهید تا بهبود یابد.
- **اجتناب از فعالیت‌های سنگین:** تا زمانی که پزشک شما تأیید نکرده است، از ورزش‌های سنگین یا فعالیت‌های فیزیکی سخت خودداری کنید.

دستورات و آگاهی های لازم برای بیماران پس از جراحی لارنژکتومی

مراقبت از جراحی: ناحیه جراحی را تمیز نگه دارید و هرگونه علامت عفونت مانند قرمزی، تورم یا ترشح غیر عادی را به پزشک گزارش دهید.

علائم هشداردهنده

به برخی علائم توجه داشته باشید که ممکن است نشان دهنده مشکلات جدی باشند:

- تنگی نفس یا مشکل در تنفس
- خونریزی شدید از استوما
- تب یا علائم عفونت
- درد شدید یا غیرقابل تحمل
- تورم در محل عمل

در صورت بروز هر یک از این علائم، فوراً با پزشک خود تماس بگیرید.