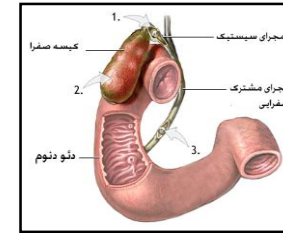


سنگهای کیسه صفرا شکایت نسبتا شایعی هستند که باعث درد شدید شکم میشوند.

صفرا مایع آبکی است که در کبد ساخته و در کیسه صفرا نگهداری می شود. معمولا این مایع آبکی غلیظ شده و تشکیل سنگ می دهد. گاهی به صورت لجن شن ریزه و گاهی نیز درشت می باشد. سنگهای صفرا معمولا مخلوطی از چربی (کلسترول) و رنگ دانه های صفراوی هستند. این دوماهه از کبد ترشح می شوند و در کیسه صفرا ذخیره می گردند. کیسه صفرا یک توده کوچکی در زیر کبد در قسمت راست شکم است. صفرا از کبد به سمت کیسه صفرا حرکت میکند و در آنجا ذخیره میشود تا موقعی که به آن نیاز شود. موقعی که شما غذای چرب میخورید کیسه صفرا با فشار صفرا را به ابتدای روده کوچک می فرستد.



### علائم و نشانه ها

سنگها میتوانند حرکت کنند و مجرای صفراوی را ببندند و باعث درد شدید شوند که در ناحیه راست شکم و بعد از خوردن غذاهای چرب به وجود می آیند. سنگها باعث تهوع، استفراغ، تب و عفونت می شوند.

اگر سنگها به سمت مجرای مشترک صفراوی حرکت کنند و گیر کنند باعث درد و زردی پوست میشود.

### معالجات متناوب

بعضی اوقات تغییر رژیم غذایی و آنتی بیوتیک برای درمان موقت عفونت میتواند کمک کند. بعضی از داروها باعث حل کردن ناقص سنگهای صفراوی میشود ولی درمان اساسی محسوب نمی شود. برای کنترل این علائم خارج کردن کیسه صفرا لازم است.

جراحی باید شامل برداشتن کیسه صفرا باشد. خارج کردن بتنهایی سنگ صفراوی اقدام غیر علمی و غیر منطقی میباشد. عمل جراحی به دو روش باز(لاپاراتومی) و بسته (لاپاراسکوپي) انجام می شود که هر دو حالت تحت بیهوشی عمومی یا نخاعی می باشد.

### جراحی لاپاراسکوپي چیست؟

برش های کوچکی روی پوست شکم، انجام میشود گاهی ممکن است جراح عمل لاپاراسکوپي را شروع کند ولی در حین جراحی متوجه شود که امکان ادامه جراحی با لاپاراسکوپ وجود ندارد در این صورت لاپاراسکوپي به عمل جراحی باز تبدیل میشود چرا که به صلاح بیمار میباشد.

مزایای لاپاراسکوپي این است که چسبندگی شکم و درد بعد از عمل کمتر است و زمان بستری کوتاه تر است. بیمار سریعتر بهبود و به فعالیت روزمره برمی گردد.

معمولا 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.

ولی برای همه افراد ممکن است انتخاب مناسبی نباشد، مثلا افرادی که قبلا اعمال جراحی روی شکمشان انجام شده یا سنگ در مجرای صفراوی باشد که باید جراح متبحر باشد.

### مراقبتهای قبل از جراحی

۷ تا ۱۰ روز قبل از عمل داروهایی که باعث خونریزی می شوند، مثلا آسپیرین، باید قطع گردد. برای عمل جراحی از خوردن و آشامیدن از نیمه شب قبل از استحمام روز قبل و تراشیدن موهای ناحیه شکم صبح روز عمل انجام می شود.

### مراقبتهای بعد از جراحی

در چند ساعت پس از عمل، تا هوشیاری کامل و طبیعی شدن ضربان قلب و فشار خون، باید در بستر استراحت کنید.

بعد از انتقال از اتاق عمل به بخش پرستار وضعیت شمارا کنترل می کند و در صورت داشتن درد طبق توصیه پزشک به شما مسکن می دهد ممکن است پس از عمل دردی در 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 نداشته باشید، رژیم غذایی را با حجم کم مایعات شروع کنید. به خاطر داشته باشید که تحرک بعد از جراحی اهمیت زیادی در بهبودی شما دارد و حتی در ساعات اولیه میتوانید در بستر بغلتید مگر پزشک شما را منع کرده باشد.

دراز کشیدن به مدت طولانی روند بهبودی شمارا کند میکند در صورتی که خودتان نمی توانید حرکت کنید از پرستار بخواهید تا به شما کمک کند. که موقعیت خود را تغییر دهید و یا در راه رفتن شما را یاری رساند.

### روشی کاهش درد

معمولا تمامی اعمال جراحی با درد پس از عمل (بویژه در روزهای اول پس از عمل) همراهند.

اغلب افراد در برخی موقعیتهای درد کمتری حس می کنند پس درحالتی که کمتر احساس درد می کنید دراز بکشید.

برخلاف تصور رایج از سرگیری فعالیتهای عادی بویژه راه رفتن آرام پس از عمل جراحی نقش چشمگیری در کاهش درد شما دارد. اکثر اوقات پس از عمل جراحی برای تسکین درد شما مسکن های ساده تجویز می شود بخاطر داشته باشید مصرف خودسرانه مسکن ها ممکن است با عوارض خطرناکی همراه باشد.

### مدت بستری در بیمارستان

در لاپاراسکوپي ۱ تا ۳ روز و در عمل باز ۲ تا ۳ روز بعد از جراحی مرخص می شوید.

در صورت وجود التهاب و عفونت جدی گاهی لازم است به مدت چند روز بستری و تحت مراقبت باشد.



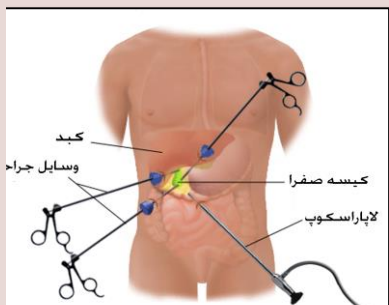
یا من اسمہ دواء و ذکرہ شفاء  
راهنمای بیمار



## خود مراقبتی در جراحی کیسه صفرا

(کله سیستمی و لاپاراسکوپي)

کد محتوا: ۴۰۹



<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

در صورت جراحی باز به مدت ۴ تا ۶ ماه وقتی از خواب بیدار می شوید مرتباً از شکم بند استفاده کنید.

### رژیم غذایی پس از عمل

ابتدا از رژیم غذایی مابعات رقیق و کم حجم استفاده کنید. مثل آب معمولی، چای کم رنگ، آب میوه های شیرین صاف شده طبیعی و رقیق (البته اگر دیابت ندارید) و سوپ تهیه شده از گوشت تازه بدون چربی و صاف شده توصیه میگردد. بهتر است تا چند روز هم از رژیم غذایی نرم استفاده کرده مثل سبزیجات پخته و پوره و در نهایت در صورت میل به غذا می توانید غذای معمولتان را مصرف نمایید. از غذاهای نفاخ و سنگین تا یک هفته پرهیزید.

### علائم هشدار دهنده جهت مراجعه مجدد به پزشک معالج

- درد شدیدی که با مسکن بهبود نیابد
- ضعف و بی حالی، تب و لرز
- استفراغ یا مدفوع خونی یا سیاه
- خونریزی از زخم، قرمزی و تورم یا خارج شدن ترشح از محل برش جراحی
- تهوع، استفراغ و بی اشتهايي
- اتساع شکم، نفخ شدید شکم و عدم دفع باد و مدفوع
- اسهال ایبکی، کم و غلیظ شدن ادرار
- تنگی نفس، خلط چرکی، تپش قلب یا درد قفسه سینه
- زردی پوست یا چشم.

تهیه و ترجمه: فרחناز فرازمنند "کارشناس پرستاری"  
مشاور علمی: دکتر محسن محمودیه "متخصص جراحی عمومی فلوشیپ لاپاراسکوپي"  
منبع: دانشنامه تخصصی جراحی ۱۳۹۸ در سنامه داخلی جراحی برون سودارث ۲۰۱۸  
طراحی و تدوین: محمود نصر اصفهانی "سوپروایزر آموزش سلامت" بهار ۱۳۹۳  
بروز رسانی دفتر آموزش سلامت الزهر(س) شهریور ۱۳۹۹



### مراقبت از زخم جراحی

- با نظر پزشک در ۳ تا ۵ روز پس از ترخیص هر روز پانسمان زخم را عوض کنید. در صورت نبود ترشح پس از ۵ روز دیگر نیاز به تعویض پانسمان نیست.
- زخم محل عمل را برای پیشگیری از عفونت زخم تمیز نگه دارید. در صورتی که زخم خیلی قرمز یا متورم شد یا ترشح داشت با پزشک خود تماس بگیرید
- در صورت صلاحدید پزشکتان می توانید ۲ تا ۳ روز پس از جراحی دوش بگیرید. در روزهای ابتدایی از کشیدن کیسه یا لیف به زخم خوداری نمایید.
- در جراحی باز از فعالیتهایی که شکم و زخم را تحت کشش قرار می دهند (مانند بلند کردن وزنه، زور زدن یا ورزشهای سنگین) تا سه ماه پرهیزید.
- در لاپاراسکوپي زمانیکه درد زخم از بین رفت هرگونه فعالیتی مجاز است.

### داروهای زمان ترخیص

- در صورت وجود درد ممکن است به مسکن نیاز داشته باشید همچنین پزشک ممکن است پس از عمل برای شما آنتی بیوتیک (چرک خشک کن) تجویز کند داروهای خود را بطور کامل و طبق دستور مصرف کنید و در صورت بهبودی نسبی قطع نکنید. در صورتی که دارویی قبلاً استفاده می کردید به پزشک خود اطلاع دهید.

### زمان کشیدن بخیه ها

- خارج کردن بخیه ها نیازمند جوش خوردن کامل زخم محل جراحی است و بستگی به وضعیت شما و نظر پزشک دارد معمولاً پس از ۱۰-۸ روز برداشته می شود.

### شروع فعالیت روزمره

- معمولاً سه الی پنج روز پس از جراحی فعالیتهای روزمره خود را از سر بگیرید. از پزشک خود در مورد زمان برگشت به کار سوال کنید. معمولاً هفت تا ده روز پس از ترخیص میتوانید سرکار بروید. (در جراحی لاپاراسکوپي زودتر)

