

اگر دچار آسیب نخاعی مهره ششم سینه ای یا بالاتر

هستید لطفاً این برگه را مطالعه نمایید.

دیس رفلکسی اتونوم در بیماران آسیب نخاعی می تواند کشنده باشد و متأسفانه خیلی از شاغلین بهداشت با آن آشنایی کافی ندارند. به همین دلیل لازم است شما درباره آن اطلاعات کافی داشته تا در موقع لزوم مطمئن باشید که پزشک شما هم به دیس رفلکسی اتونوم فکر میکند.

دیس رفلکسی اتونوم چیست؟

دیس رفلکسی اتونوم، پاسخ بدنی غیر طبیعی به یک مشکل در پایین تر از محل آسیب است.

این مشکل معمولاً بدنبال مثانه پر یا روده پر و باد کرده ایجاد می شود.

اولین عامل بروز دیس رفلکسی اتونوم مشکلات مثانه و ادراری است ولی هر مشکلی پایین تر از محل آسیب می تواند سبب

بروز آن گردد. (به دلیل مشکلی که دارید، بدن شما نمی تواند پاسخ مناسبی به سیگنالهای عادی بدن بدهد).

دیس رفلکسی اتونوم میتواند خطرناک بوده و باعث افزایش ناگهانی فشار خون شود.

افزایش ناگهانی فشارخون در پزشکی یک اورژانس است که میتواند به سکنه مغزی یا مرگ منتهی شود.

برای کاهش فشار خون دو کار انجام می شود:

۱. ابتدا باید مشکل اولیه برطرف گردد.

۲. ممکن است پزشک از داروهای کاهنده فشار خون استفاده کند

علامه خطر دیس رفلکسی اتونوم چه هستند؟

شایعترین علامه:

- ✓ افزایش ناگهانی فشار خون ۲ تا ۴ سانتیمتر جیوه بیشتر از فشار همیشه بیمار.
- ✓ سردرد شدید



✓ تعریق زیاد، مخصوصاً در سر و گردن

✓ گر گرفتگی و قرمز شدن، مخصوصاً در سر و گردن

✓ سیخ شدن مو

✓ تاری دید یا لکه بینی

✓ گرفتگی بینی

✓ اضطراب

✓ احساس سنگینی در قفسه سینه، لرزش در قلب یا تنگی نفس

اگر فکر کنم دچار دیس رفلکسی اتونوم شده ام چه

باید بکنم؟

اقدامات باید فوری و سریع باشد.

اگر خودتان نمیتوانید این مراحل را انجام دهید به شخص دیگری بگویید که کمکتان کند.

۱. بنشینید و اگر میتوانید پاهایتان را آویزان کنید.

۲. تا برطرف شدن علامه افزایش فشار در همین حالت بمانید.

۳. تمام لباسهای تنگ (کفش، جوراب، بانداژ، شکم بند، نوار خارجی سوند ادراری و ...) را در آورده یا شل کنید.

۴. اگر دستگاه فشار سنج در اختیار دارید هر ۵ دقیقه تا بهبودی کامل کنترل نکنید.

۵. تخلیه مثانه از طریق سوند ادراری کنترل گردد.

اگر از سونداژ متناوب یا سوند خارجی استفاده میکنید:

✓ فوراً از طریق سوند نالتون مثانه را تخلیه کنید.

✓ اگر سوند فولی دارید: دقت کنید سوند شما پیچ یا گیر نکرده باشد.

✓ کیسه ادرار را خالی کنید.

✓ اگر تجربه شستن سوند به وسیله سرم فیزیولوژی را دارید این کار را با مقدار کمی سرم شستشو حدود ۱۵ الی ۳۰ سی سی انجام دهید. (در حد دو قاشق غذا خوری)



✓ اگر خود تجربه سونداژ را ندارید هرچه سریعتر از اورژانس کمک بخواهید.

✓ اگر پس از تخلیه مثانه همچنان فشار خونتان بالا بود هرچه سریعتر به اورژانس مراجعه کنید.

✓ به بو، کدر شدن و قرمزی ادرار خود توجه کنید و پزشک خود را سریعاً در جریان بگذارید.

۶. با اورژانس یا پزشکتان تماس بگیرید حتی اگر تمامی علایمتان برطرف شد.

۷. اگر علایمتان تکرار شد مجدداً این مراحل را انجام دهید و باز هم با اورژانس یا پزشکتان تماس بگیرید.

۸. هنگامی که به اورژانس یا نزد پزشک منتقل شدید

موارد زیر را به خاطر داشته باشید:

✓ در خواست کنید که فوری فشار خونتان را چک کنند.

✓ تا زمانی که فشار خونتان بالاست در خواست کنید که در حالت نشسته بمانید.

✓ از پرسنل اورژانس بخواهید که علت را به این ترتیب بررسی کنند: ۱. مثانه، ۲. روده، ۳. بقیه علل

✓ قبل از معاینه مقعد از پزشک بخواهید که از ژل بی حس کننده استفاده کند.

چطور از دیس رفلکسی اتونوم جلوگیری کنم؟

سیستم ادراری

✓ از پر شدن مثانه و عفونت ادراری پیشگیری کنید، برنامه منظم جهت نگهداری و تخلیه مثانه داشته باشید.

✓ سوند گذاری متناوب:

✓ هر ۴ - ۶ ساعت به طور منظم با استفاده از قرار دادن سوند نالتون، تخلیه مثانه و خارج کردن سوند را انجام دهید.





یامن اسمه دواء و ذکره شفاء



راهنمای همکار

آسیب نخاعی مهره ششم سینه ای یا بالاتر

کد محتوا: ۱۸۴

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

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

- ✓ حداقل روزی یکبار تمام پوست خود را در پایین محل آسیب از نظر وجود قرمزی، لکه و خراش بررسی و در صورت وجود با پزشک مطرح کنید.
 - ✓ از شرایط آسیب زا مانند سوختگی، گزش، رشد ناخن درون گوشت پا، برخورد با جسم سخت یا تیز، لباسهای تنگ دوری کنید.
 - ✓ اجسام سخت یا تیز را دور از صندلی چرخ دار یا تخت خود قرار دهید.
 - ✓ مطمئن شوید که لباسها، کفشها و اندام مصنوعی برایتان اندازه و مناسب است. (خصوصا در خرید اجناس جدید دقت کنید تا آسیب نبینید).
 - ✓ تحریک زیاد آلت جنسی بخصوص به وسیله ویبراتور، انزال، عفونت بیضه ها، فشار روی بیضه ها، عادت ماهیانه، عفونت واژن یا رحم میتواند سبب دیس رفلکسی اتونوم شوند.
- ➕ حاملگی**
- ✓ اگر قصد بارداری دارید به دنبال متخصص زنانی باشید که در این زمینه تجربه دارد و مشتاق است با شما و پزشکان دیگرتان به خوبی همکاری کند.
 - ✓ دقت کنید که در دماهای خیلی بالا یا خیلی پایین قرار نگیرید و برای هر هوایی لباس مناسب بپوشید.
 - ✓ لخته در پا، آمبولی ریه، شکستگی استخوان نیز می تواند سبب دیس رفلکسی اتونوم شود.

تهیه کننده: محمود نصر اصفهانی "سوپروایزر آموزش سلامت"
منبع: دستورالعمل نحوه برخورد با بیمار دیس رفلکسی اتونوم
نخاعی خرداد ۱۳۹۶
مشاور علمی: دکتر مهدی شفیعی "متخصص جراحی مغز و اعصاب"
بروز رسانی خانم پری زارع "کارشناس پرستاری" دفتر آموزش
سلامت الزهرا(س) خرداد ۱۴۰۱

به پمفلت ۴۲۲ و ۴۲۵ جهت آموزش سونداژ موقت مراجعه شود.

➕ گوارش

- ✓ خوردن و آشامیدن سبب شروع حرکات روده ای می شوند. بنابر این ۴۰ - ۲۰ دقیقه بعد از هر وعده غذایی اصلی زمانبندی منظم جهت تخلیه مدفوع داشته باشید.
- این رفلکس طبیعی بدن در وعده صبحانه از سایر وعده ها قوی تر است.
- ✓ مایعات کافی بنوشید
- ✓ میزان دریافت فیبر در غذا(سبزی و میوه جات مانند آلو و انجیر)را در نظر داشته باشید
- ✓ انجام ماساژ شکم ممکن است کمک کننده باشد. برای این کار، با دست مشت شده یا کف دست، سمت راست شکم از پایین به بالا، بالای ناف از راست به چپ و سمت چپ شکم از بالا به پایین ماساژ دهید. (اگرچه این ماساژ در شرایط عادی می تواند کمک کننده باشد، در هنگام بروز دیس رفلکسی اتونوم خطرناک است و نباید انجام شود. ممکن است برای سهولت دفع نیاز به مسهل دارویی داشته باشید، در این صورت به دستورات پزشک خود عمل کنید.
- ✓ در صورت عدم تخلیه، با استفاده از دستکش و ژل لوبریکانت انگشت را در مقعد قرارداده و برای ۳۰ - ۲۰ ثانیه با حرکات آرام دورانی رفلکس تخلیه مقعد را تحریک کنید.
- ✓ در صورت عدم تخلیه میتوان با استفاده از انگشت مدفوع قابل لمس را قطعه قطعه و تخلیه کرد.
- ✓ قبل از انجام تست ها یا درمانهای گوارشی مثل باریم انما یا سیگموئیدوسکوپی پزشک را در جریان شرایط خود بگذارید