



مرکز آموزشی و پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)

مراقبت های بعد از جراحی (عروق کرونر)



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۱/۱۵

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۱/۱۵

کد پمفلت: PA-۲۱-۱۰۰۶

شماره بازنگری: ۰۵

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت

تهیه کننده: دپارتمان جراحی قلب- واحد آموزش سلامت

* داروهایتان را بصورت منظم و دقیق مصرف کنید.

* استعمال دخانیات را ترک کنید، حتی از وارد شدن به محیط آلوده به دود سیگار نیز خودداری کنید.

برنامه باز توانی قلب چگونه است؟

برنامه باز توانی قلب مجموعه ای از اقدامات برای تکمیل درمان و پیشگیری از عود مجدد بیماری شماست و اهداف آن شامل کاهش خطر ایست قلبی و یا سکته مجدد، بهبود وضعیت روحی روانی، کاهش استرس، افزایش توان جسمی، افزایش اعتماد به نفس، کمک به بازگشت سریع به کار و زندگی عادی و در کل تغییر شیوه زندگی و بالابردن کیفیت آن میباشد.

علائم خطر مهم جهت مراجعه به پزشک چیست؟

* بالا رفتن درجه حرارت بدن بیش از ۳۸ درجه سانتیگراد

* افزایش فشارخون بیش از حد طبیعی

* تنفس های صدادار ، تنگی نفس و افزایش تعریق پوست

* استفراغ و ورم صورت ، دست و پاها و کم شدن ادرار

* ضعف و بی حالی شدید

* فشار خون پایین

منبع: - کتاب قلب و عروق هاریسون ۲۰۲۲ ترجمه دکتر قارونی و همکاران

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید بصورت رایگان همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)

تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰

وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

* از رانندگی یا موتور سواری در حدود ۶ تا ۸ هفته پس از عمل اجتناب کنید و تا ۶ هفته پس از عمل از بلند کردن، کشیدن یا هل دادن وزنه های سنگین تر از ۴ کیلوگرم خودداری کنید.

* یکی از بهترین فعالیت ها، پیاده روی در هوای مساعد پارک یا منزل است. به یاد داشته باشید که بعد از هر فعالیتی ۲۰ دقیقه استراحت کنید .

* شما باید سعی کنید تنفس های عمیقی را انجام دهید به منظور سهولت در اجرای این کار وسیله ای بنام اسپرومتر در اختیار شما قرار می گیرد که بایستی تا یک ماه بعد از عمل (حداقل هر ۲ ساعت یکبار) از آن استفاده کنید.

آیا فعالیت جنسی بعد از عمل قلب مجاز است؟

زمانیکه توانستید دو طبقه پله را بدون تنگی نفس بالا بروید یا یک کیلومتر پیاده روی سریع و راحتی داشته باشید میتوانید فعالیت جنسی خود را شروع کنید.

چه زمانی بعد از عمل باید به پزشک مراجعه کنیم؟

* بعد از کشیدن بخیه ها لازم است با پزشک جراح خود ملاقات داشته باشید. اولین ملاقات با پزشک یک هفته پس از ترخیص می باشد. در اولین ملاقات کلیه مدارک (شرح عمل، خلاصه پرونده، اکو و ...) به همراه لیست داروهایی که مصرف می کنید به همراه داشته باشید .

* مدارک خود را در یک پوشه بایگانی کنید تا در صورت بروز مشکل یا موارد اورژانسی سوابق شما بصورت فوری و آسان در دسترس باشد .

* ارتباط خود را با پزشک متخصص قلب قطع نکنید.



این مطالب به منظور آشنایی با مراقبت های بعد از عمل جراحی عروق کرونر تهیه شده است. امید است با مطالعه آن قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

در این بیماری رگ های تغذیه کننده قلب دچار آسیب شده اند و جهت خونرسانی بهتر به قلب، از پای ایشان رگ برداشته شده و به قلب پیوند زده شده است. به بیمار بگویید تا مدتی بایستی توسط پزشک معالج ویزیت شود.

بیمار دیابتی ممکن است درد قابل توجهی را تجربه نکند و اینگونه بیماران بایستی چکاپ های دوره ای جهت بررسی وضعیت قلبی داشته باشند.

مراقبت از زخم در بیماری جراحی عروق کرونر چگونه است؟

* مدت زمان لازم برای جوش خوردن استخوان جناغ سینه حداقل شش هفته است. ممکن است صدای بهم خوردن خفیف یا حرکت استخوان جناغ سینه را در زمان چرخیدن به پهلوها یا نفس کشیدن بشنوید این مشکل به مرور با مراقبت از بخیه های محل عمل جراحی در ناحیه قفسه سینه برطرف می گردد. بنابراین حمایت کننده قفسه سینه خود را به مدت دو ماه ببندید.

* تا دو ماه به پهلو و شکم نخوابید و بر روی سینه خم نشوید. برای بالا رفتن از پله ها بهتر است هر ۵ تا ۶ پله بایستید و در صورت لزوم بنشینید.



* ممکن است در ناحیه پا احساس خواب رفتگی و مور مور کنید این مسایل طبیعی بوده و باید تا مدتی آن را تحمل کنید.

* باند کشی را صبح ها موقع راه رفتن از طرف کف پا به طرف بالا ببندید و شب ها موقع خوابیدن باز کنید. محکم بستن باند کشی گردش خون را مختل می کند و زیاد شل بستن باند بی فایده است.

* ورم پای عمل شده بدلیل برداشتن رگ پا ایجاد می شود که این مسئله ای طبیعی است و به مرور برطرف می گردد.

* پانسمان محل عمل را تا زمان کشیدن بخیه ها به صورت روز در میان در درمانگاه یا کلینیک نزدیک به محل سکونت تعویض کنید و حدود ۱۰ الی ۱۴ روز بعد از عمل برای کشیدن بخیه ها به درمانگاه بخش مراجعه کنید.

(لازم به ذکر است که درمانگاه روزهای تعطیل، بسته است) بهبود در بخیه ها با خارش همراه است.

استحمام بعد از عمل به چه صورت است؟

* نخ بخیه ها معمولاً از نوع قابل جذب می باشد و در صورت غیر قابل جذب بودن ۱۰ الی ۱۴ روز بعد از عمل بنا به دستور پزشک خارج میگردد.

* استحمام قبل از برداشتن بخیه ها بایستی با اجازه پزشک باشد. جهت استحمام از آب ولرم استفاده کنید. اگر احساس ضعف یا عدم تعادل می کنید از یک همراه برای دوش گرفتن استفاده کنید.

* از کشیدن لیف یا کیسه بر روی بخیه ها خودداری کنید. استفاده از هر گونه پماد یا لوسیون یا پودر بر روی مناطق عمل شده ممنوع است.



اگر از ناحیه عمل کمی ترشح روشن بدون تب داشته باشید طبیعی است. محل عمل را تمیز و خشک نگه دارید.

توصیه های غذایی بعد از جراحی قلب چیست؟

— رژیم قلبی (کم نمک-کم چربی) را بعد از عمل و تا آخر عمر رعایت کنید.

— انواع گوشت ها را به صورت آب پز، بخارپز، کبابی یا در داخل فر بپزید. مصرف گوشت سفید (مرغ بدون پوست و ماهی) ارجح تر از گوشت قرمز است.

— از روغن های گیاهی مانند آفتابگردان، روغن زیتون و سویا و... به جای روغن های حیوانی و جامد استفاده نمایید.

— خوردن غذای سرخ کردنی برای شما مضر است.

— وعده های غذایی را به بیش از سه وعده افزایش دهید و به جای آن حجم غذا را کم کنید.

— در مصرف لبنیات پر چرب احتیاط کنید.

— مصرف سبزیجات و میوه ها باعث افزایش فعالیت روده ای میگردد و از یبوست جلوگیری می کند.

— مصرف نمک در رژیم غذایی خود را محدود کنید و به جای آن از آبلیمو و گیاهان معطر جهت طعم دادن به غذا استفاده کنید.

فعالیت بدنی بعد از عمل به چه صورت است؟

* به همان ترتیبی که در بخش شروع به فعالیت کردید ، آن را در منزل نیز ادامه دهید و به تدریج فعالیت های خود را افزایش دهید.

* ترجیحا از فعالیت های سبک شروع کنید و کم کم با تحمل آن ها به فعالیت های سنگین رو آورید.

