

آموزش ترخیص (خود مراقبتی) پس از عمل جراحی قلب باز اطفال

دستور ترخیص بیمار پس از ویزیت توسط پزشک معالج یا دستیار وی نوشته شده و توسط منشی یا پرستار به شما اعلام میشود و بعد از تسویه حساب و ارائه برگه ترخیص به منشی، پوشه ترخیص حاوی خلاصه پرونده و گزارش شرح عمل و آموزشهای لازم زمان ترخیص و دستورات دارویی و زمان مراجعه مجدد به شما ارائه خواهد شد.

تغذیه: بی اشتهايي و تهوع جزء علائم معمول بعد از جراحی قلب باز می باشد که عموماً در عرض یک تا دو هفته بعد بهبود می یابد. برای تحریک اشتها بهتر است تمام وعده های غذایی سر وقت مصرف شود. استفاده از لیموترش یا آبناات های ترش می تواند در رفع این حالت کمک کننده باشد. بهتر است در ماه اول از مواد غذایی حاوی ویتامینها مانند ویتامین C و پروتئین ها جهت تسریع بهبود زخم استفاده کنید. در صورت ابتلای کودک به یبوست استفاده از میوه، سبزی، کاهو و غذاهای پر فیبر به همراه مایعات کافی می تواند کمک کننده باشد. استفاده از غذاهای کم چرب و کم نمک توصیه می شود.

در بیماری که به علت تعویض دریچه قلبی یا سایر اعمال قلبی انجام شده مصرف قرص وارفارین الزامی است، دفترچه وارفارین را دریافت و رژیم خاص ذکر شده مطالعه و رعایت گردد. همچنین در بیماران با وزن کمتر از محدوده طبیعی توصیه های تغذیه ای مرتبط با مشکل بیماری کودک خود را طبق مشاوره تغذیه ارائه شده رعایت کنید.

فعالیت: در شیرخواران و کودکان نوپا معمولاً نیازی به ایجاد محدودیت در فعالیت کودک وجود ندارد. تنها در هنگام آغوش گرفتن کودک سر و ناحیه باسن توسط دست حمایت شود از انداختن کودک روی بازو و فشار بر روی زخم خودداری کنید. محیط اطراف کودک را نرم و ایمن کنید تا در صورت زمین خوردن ضربه شدید به قفسه سینه وارد نشود. در کودکان سنین مدرسه و بزرگتر بعد از ترخیص بچه ها را تشویق به راه رفتن و فعالیت کردن کنید اما تاکید کنید هر زمان احساس خستگی و تنگی نفس کردند استراحت کنند و در صورت ادامه این وضعیت با پزشک مشورت کنید. حداقل به مدت دو ماه از بازی ها و فعالیتهایی که سبب ضربه خوردن به قفسه سینه می شوند اجتناب کنند. کوه نوردی، دوچرخه سواری، فوتبال و ورزشهای رقابتی حداقل تا دو ماه بعد از عمل باید اجتناب شود. سعی شود حتی الامکان به مدت شش هفته از بالا بردن دستها بیشتر از حد شانه ها و بلند کردن اجسام بالای ۴ کیلوگرم پرهیز شود. بازگشت به مدرسه بسته به نوع عمل جراحی از دو تا شش هفته البته با نظر پزشک معالج امکان پذیر می باشد. در کودکان بزرگتر استفاده از دستشویی فرنگی به مدت ۱/۵ ماه توصیه می گردد و در صورت نداشتن آن در منزل می توانید از انواع قابل حمل که قابل تهیه از داروخانه ها می باشد، استفاده نمائید.

مسافرت: در هنگام قرار دادن کودک در اتومبیل بهتر است از وسایل مخصوص کودک استفاده کنید. در کودکان بزرگتر، مسافرتهای طولانی به شرط توقف هر چند ساعت بلامانع خواهد بود. در مورد انجام مسافرتهای هوایی بعد از ترخیص با پزشک خود مشورت کنید.

مراقبت از زخم: زخم قفسه سینه باید خشک و تمیز نگهداشته شود از این رو ناحیه زخم را روزانه کنترل و بهداشت را رعایت کنید. زخم شما نیاز به پانسمان، بتادین، سرم و یا هر چیز دیگری ندارد. از مالیدن لوسیون ها یا پمادهای مختلف روی زخم خودداری کنید. از پوشیدن لباسهای تنگ و جنس نایلونی تا زمان بهبود کامل زخم خودداری کنید.

استحمام: استحمام روزانه با آب ولرم و شامپو بچه جهت بهداشت و بهبود ناحیه زخم سودمند خواهد بود. از جریان مستقیم دوش روی محل زخم خودداری کرده و آن را پس از استحمام خشک کنید. از کشیدن لیف روی زخمها و استفاده از وان حداقل به مدت ۳ ماه خودداری نموده و مدت زمان استحمام را جهت جلوگیری از خستگی به حداقل برسانید.

بالارفتن از پله ها: کودکان می توانند از راه پله بالا روند اما به محض احساس خستگی باید استراحت کنند. بهتر است در طی یک روز کودکان چندین بار بالا و پایین رفتن از پله ها را تکرار نکنند.

واکسیناسیون: بهتر است واکسیناسیون روتین کودکان در موارد واکسنهای غیر زنده حداقل یک هفته قبل از انجام عمل جراحی یا شش هفته بعد از انجام عمل جراحی صورت گیرد. در مورد واکسنهای ویروسی زنده (مانند MMR) تا ۳ ماه واکسیناسیون بعد از عمل جراحی به تعویق می افتد. در صورت دریافت فراورده های خونی یا داروهای خاص در طی عمل جراحی، گاهی لازم است حتی تا ۷ ماه دریافت واکسن زنده به تعویق افتد. حتماً قبل از ترخیص در مورد واکسیناسیون با پزشک خود مشورت کنید.

دندانپزشکی: جهت پیشگیری از عفونت قلبی رعایت بهداشت خوب دهان و دندان و ویژگیهای منظم دندانپزشکی موثر می باشد. در بعضی از اقدامات دندانپزشکی شروع آنتی بیوتیک و انجام آزمایش PT و کنترل INR در محدوده خاصی الزامی است. لطفاً با پزشک خود و دندانپزشک مشورت کنید.

علائم غیر معمول: در صورت مشاهده قرمزی، التهاب، گرمی یا ترشح از محل زخم جراحی (برش جراحی)، افزایش دمای بدن بیش از ۳۸ درجه دوبار در روز طی ۲۴ ساعت، تنگی نفس، ایجاد درد خنجری در قفسه سینه هنگام تنفس عمیق حتماً به پزشک خود یا اورژانس بیمارستان مراجعه کنید.

علائم هشدار دهنده: هرگونه تغییر ناگهانی و واضح در تعداد ضربان قلب یا ریتم آن، تنفس تند و سخت، تعریق بیش از اندازه، خواب آلودگی شدید، عدم توانایی در شیر خوردن یا بی اشتهاهی شدید در چندین وعده غذایی متوالی، تهوع و استفراغ جهنده مکرر، ورم شدید در سر و صورت یا تمام بدن، کاهش حجم ادرار، تحریک پذیری شدید کودک، با تلفن اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید. قبل از ترخیص حتماً راجع به علائم هشدار دهنده با پزشک معالج خود مشورت کنید.

نحوه مصرف داروها: داروهای بیمار شما طبق آخرین نسخه پزشک هنگام ترخیص مشخص می شود. بیشتر داروها برای تنظیم ضربان قلب یا کنترل و بهبود علائم قلبی یا ریوی است. در صورتی که قبل از مصرف دارو کودک علائمی مانند ضعف، بیحالی، سرگیجه و تعریق داشت ممکن است از علائم افت فشار خون یا ضربان قلب باشد، بهتر است ابتدا فشارخون و ضربان قلب کنترل شده و سپس دارو مصرف شود. در صورت تکرار موارد فوق با پزشک جهت تنظیم میزان دارو مشورت کنید. در بیمارانی که وارفارین مصرف می کنند، دریافت و مطالعه کتابچه وارفارین ضروری است. قبل از ترک بخش داروها را با پرستار کودک خود چک و نحوه مصرف و سوالات خود را بپرسید. حتماً به توصیه های پرستاری در مورد مقدار و نحوه مصرف و آماده سازی دارو توجه کافی کنید.

نوبت بعدی مراجعه به پزشک: نوبت مراجعه بعدی برای ویزیت جراحی و کشیدن بخیه یک هفته بعد و توسط پزشک داخلی قلب حدود ۲-۴ هفته پس از ترخیص ویزیت خواهید شد. قبل از ترخیص برگه نوبت دهی توسط منشی به شما داده خواهد شد و از پذیرش حتماً نوبت بعدی گرفته شود.

با آرزوی سلامتی برای شما عزیزان بخش..... شماره تلفن.....-۰۲۱

جدول اطلاعات کلی مربوط به داروها

دسته دارویی	نام دارو	اشکال دارویی	اثرات درمانی	عوارض و نکات آموزشی
مدرها (ادرار آور)	فوروزماید Furosemide	۴۰ میلی گرم	- دفع مایعات اضافی بدن - بهبود ورم - کاهش تنگی نفس	در صورت امکان روزها مصرف شود. * کنترل وزن روزانه * چک دوره ای الکترولیت ها مانند: پتاسیم با صلاحدید پزشک عوارض احتمالی: سرگیجه در شروع مصرف - راش پوستی و کم آبی بدن، تیره شدن ادرار و کاهش وزن
	متولازون Metolazone	۵ میلی گرم		
مهارکننده های ACE	کاپتوپریل Captopril	۲۵-۵۰ میلی گرم	- جلوگیری از بدتر شدن عملکرد قلب - بهبود علائم بیماری نارسایی قلبی - افزایش طول عمر - کاهش احتمال بستری مجدد	با دوز پایین شروع میشود و بتدریج افزایش می یابد. آزمایش دوره ای برای کنترل عملکرد پتاسیم طبق صلاحدید پزشک لازم است. عوارض احتمالی: در صورت ادامه سرگیجه بعد از چند روز اول، داشتن سرفه های خشک، تنگی نفس، راش، ضعف، گیجی و ورم، بلافاصله به پزشک خود اطلاع دهید.
مسدود کننده گیرنده آنژیوتانسین ۲	لوزارتان Losartan	۲۵-۵۰ میلی گرم	- کاهش احتمال بستری مجدد - بهبود علائم نارسایی قلبی - احتمال بدتر شدن عملکرد قلب را کم می کند.	از دوز پایین شروع می شود تا به دوز مناسب برسد. کنترل آزمایش خون دوره ای برای عملکرد کلیه و پتاسیم خون طبق صلاحدید پزشک لازم است. عوارض احتمالی: سرگیجه
	والسارتان	۸۰-۱۶۰ میلی گرم	- افزایش طول عمر	

<p>بطور ناگهانی قطع نشود، با دوز پایین شروع می شود تا به دوز مناسب برسد. امکان افت فشار خون وضعیتی وجود دارد. تغییر آهسته وضعیت از نشسته به ایستاده، دراز کشیدن با اولین علائم این اثرات را به حداقل می رساند. ضربان قلب خود را بگیرد.</p> <p>عوارض احتمالی:</p> <p>خستگی و سرگیجه، در صورت ادامه سرگیجه بیش از دو هفته، احساس تنگی نفس یا ضربان قلب خیلی کند با پزشک تماس بگیرید.</p>	<p>- بهبود عملکرد قلب - کاهش احتمال بستری مجدد - افزایش طول عمر - بهبود ضربان نامنظم قلب</p>	<p>۱۰-۲۰-۴۰ میلی گرم</p>	<p>پروپرانولول</p>	<p>بنابلاکرها</p>
<p>آزمایش خون دوره ای جهت عملکرد کلیه و سطح پتاسیم با صلاحدید پزشک عوارض:</p> <p>اگر دچار اسهال یا استفراغ شدید سریعاً به پزشک خود مراجعه نمایید.</p>	<p>- دفع مایعات اضافی بدن - بهبود علائم بیماری نارسایی قلبی - افزایش طول عمر</p>	<p>۲۵ میلی گرم</p>	<p>اسپیرونولاکتون Spironolactone</p>	<p>آنتاگونیست آلدسترئون</p>
<p>به علت تداخلات دارویی، لیست تمام داروهای بیمار را به پزشک ارائه دهید. به دوز و تعداد دفعات مصرف توجه کافی داشته باشید. حتما دارو با سرنگ یا قاشق همراه داده شود. بهتر است کنترل فشارخون انجام شود.</p> <p>عوارض احتمالی: سردرد، گر گرفتگی، سوء هاضمه، سرگیجه، گرفتگی بینی در صورت کاهش بینایی، وزوز گوش مداوم، کاهش شنوایی حتماً به پزشک خود اطلاع دهید.</p>	<p>- کاهش فشار عروق ریوی</p>	<p>۱۰۰-۵۰ میلی گرم</p>	<p>سیلدنافیل Sildenafil</p>	<p>کشاد کننده عروق ریوی</p>
<p>از دوز پایین شروع می شود. همراه یا بدون غذا مصرف میشود. از مصرف گریپ فروت خودداری کنید. عوارض احتمالی: سرد درد - ناراحتی گوارشی در طول مصرف ممکن است ایجاد شود. در صورت سرد درد مداوم و شدید، افزایش تنگی نفس، احساس خستگی و ضعف شدید، زردی پوست، درد شکمی شدید یا تغییر رنگ ادرار حتماً با پزشک خود مشورت کنید.</p>		<p>۱۰ میلی گرم</p>	<p>تادالافیل Tadalafil</p>	
		<p>۱۲۵-۶۲/۵</p>	<p>بوزنتان Bosentan</p>	

<p>به دوزاژ دارویی توجه کافی داشته باشید. چک دوره ای الکترولیت ها مانند پتاسیم و Digoxin با صلاحدید پزشک عوارض :</p> <p>در صورت داشتن علائم تهوع، تاری دید، ضربان قلب کند، سرگیجه سریعاً به پزشک مراجعه کنید.</p>	<p>- کنترل ضربان نا منظم قلب - بهبود عملکرد قلب - بهبود علائم نارسایی قلبی</p>	دیگوکسین Digoxin	۰/۲۵ میلی گرم	<p>آنتی آریتمی</p>
		لانوکسین	۰/۰۵ میلی گرم ۱ سی سی	
<p>دوز مناسب با آزمایش Pt طبق تجویز پزشک می باشد.</p>	<p>- ضد انعقاد خون و رقیق کننده خون</p>	وارفارین Warfarin	۱-۵ میلی گرم	<p>ضد تشکیل لخته</p>
<p>دارو سر ساعت معین از روز استفاده شود. در صورت خونریزی بینی یا خون مردگی در بدن یا خون در مدفوع به پزشک سریع مراجعه کنید.</p>	<p>- ضد پلاکت</p>	آسپرین	۸۰-۱۰۰ میلی گرم	
<p>بهتر است <u>اسمپار</u> تهیه شود. بهداشت در نگهداری اسپری رعایت شود. درپوش اسپری حتما روی آن قرار گیرد. همیشه اسپری را همراه خود داشته باشید. لطفاً قبل از ترخیص در مورد نحوه صحیح استفاده اسپری از پرستار خود آموزش لازم را دریافت کنید.</p>	<p>- باز کننده مجرای تنفسی</p>	سالبوتامول	۱۰۰ میکروگرم در هر پاف	<p>اسپری های استنشاقی</p>
	<p>- باز کننده مجرای تنفسی</p>	آترونیت	۲۰ میکروگرم در هر پاف	
	<p>- ضد التهاب استنشاقی و موضعی مجرای تنفسی</p>	فلوکسی تایید	۲۵۰ میکروگرم در هر پاف	