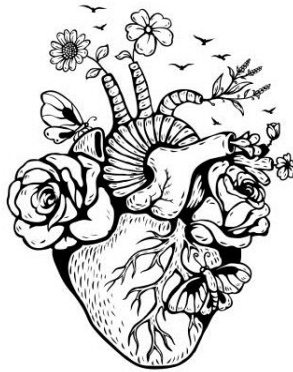




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان بوشهر

بیمارستان آموزشی درمانی قلب بوشهر

بخش جراحی قلب و عروق



کتابچه آموزشی و راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

فهرست مطالب

عمل جراحی رگ های کرونر

توصیه برای بیماران دریچه ای

محل عمل روی سینه و پا

درد و تسکین آن

انتقال به بخش

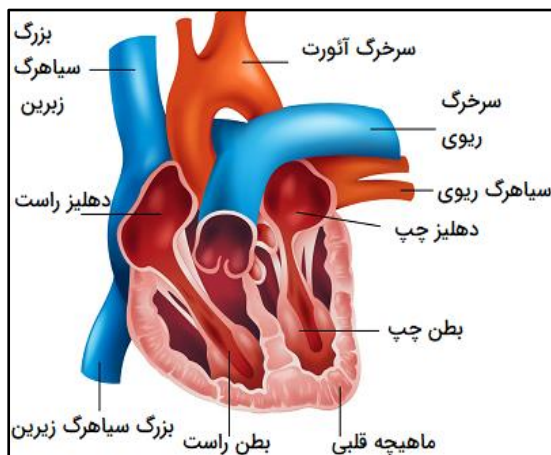
توصیه های پس از عمل

- خوردن و آشامیدن
- بستن کمربند
- ضربان ساز یا پیس میکر
- زخم بستر و مراقبت از زخم
- ورزش و فعالیت
- رانندگی
- خواب
- حمام
- رژیم غذایی و کاهش وزن
- کار و بازگشت به شغل قبل

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

عمل جراحی رگ های کرونر

عمل جراحی پیوند عروق کرونر (معروف به بای پس عروق) که برای ترمیم انسداد یا تنگی رگ های تغذیه کننده ماهیچه قلب صورت می گیرد،



در حال حاضر شایع ترین نوع جراحی قلب است. تنگی یا انسداد کامل رگ ها باعث جلوگیری از رسیدن خون کافی به ماهیچه قلب و در نتیجه

ایجاد درد قلبی یا سکته قلبی و آسیب دیدن ماهیچه قلب می گردد.

اما سرخرگ های قلبی چگونه دچار تنگی می شوند؟

در طول زمان ، چربی ها، کلسترول و سایر مواد ممکن است در دیواره سرخرگ ها رسوب کرده و پلاک تشکیل شود. زمانی که پلاک کننده می

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

شود و پس از آن لخته خون ایجاد می گردد، جریان خون به قلب شما مسدود شده و ممکن است منجر به احساس ناراحتی در قفسه سینه گردد که تحت عنوان آنژین صدری نامیده شده و ممکن است سبب حمله قلبی گردد.

ممکن است پزشک شما برای ترمیم این ضایعات و رساندن خون به

ماهیچه قلب، رگ لازم برای پیوند را

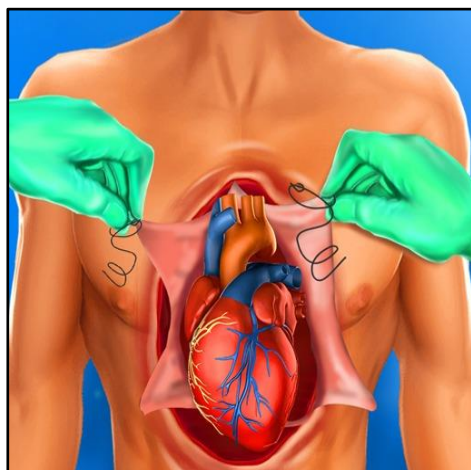
از پا، بازو و یا قفسه سینه بردارد،

که یک سر آن به آئورت (سرخرگ

بزرگی که از قلب می آید) وصل

شده و سر دیگر آن به سرخرگ

کرونری در زیر محل تنگی متصل



می شود.

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

با پیوند زدن این رگ ها روی قلب و گذر خون از رگ های خونی جدید به جای رگ های دچار تنگی ، خون مجدد به ماهیچه قلب رسیده و درد قلبی از بین می رود و احتمال سکته قلبی در آینده نیز کم می شود.

تصمیم نهایی در مورد تعداد رگ هایی که روی قلب شما پیوند زده می شود فقط در زمان عمل جراحی گرفته خواهد شد.

عمل جراحی عروق کرونر معمولا پنج تا هشت ساعت به طول می انجامد.

یک توصیه بسیار مهم قبل از عمل جراحی

داروی ضد انعقادی و ضد پلاکتی چه هستند ؟

داروهای ضد انعقادی و ضد پلاکتی مثل وارفارین، هپارین، پلاویکس، اسویکس و آسپیرین داروهایی هستند که از تشکیل لخته خون در سرخرگ ها، سیاه رگ ها یا قلب جلوگیری می کنند.

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

امروز بسیاری از پزشکان این داروها به ویژه آسپیرین را برای بیماران قلبی به همین دلیل تجویز می کنند. شما باید تنها زمانی از این داروها استفاده کنید که پزشکتان آن را توصیه می کند.

به جهت کنترل خونریزی قبل از عمل جراحی، باید مصرف تعدادی از ضد انعقادها طبق دستور پزشک ۵-۷ روز قبل از عمل، قطع گردد.

قبل از عمل به حمام رفته و محل عمل (قفسه سینه، دست ها و پاها) را کاملا تمیز کرده و موهای بدنتان را بتراشید.

توصیه برای بیماران دریچه ای:

در جراحی دریچه های قلب، بهداشت دهان و دندان از اهمیت زیادی برای جلوگیری از عفونت دریچه برخوردار است.

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

قبل از عمل بهتر است مورد چک آپ و معاینه دندانپزشک، برای بررسی سلامت دندان هایتان و گرفتن تایید دندانپزشکی برای عمل درجه قلب، قرار بگیرید.

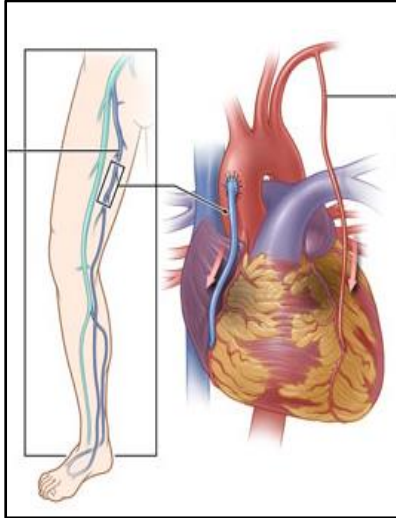
بعد از عمل دریچه، روزانه دوبار مسواک زده و از نظر عفونت لثه و دندان ها، مرتب بررسی شوید.

محل عمل روی سینه :

برای انجام عمل روی قلب، قفسه سینه از ناحیه وسط استخوان جناغ سینه باز می شود. پس از اتمام عمل، این استخوان مجدداً به کمک سیم های فلزی به هم دوخته می شود. این سیم ها برای همیشه باقی می ماند و شما به زودی وجود آن ها را فراموش خواهید کرد چرا که معمولاً مزاحمتی ایجاد نمی کنند.

بخیه هایی که پوست با آن ها دوخته می شود خودبه خود جذب شده و ناپدید می شوند لذا لزومی به برداشتن آن ها پس از عمل وجود ندارد.

محل عمل روی پا :



سیاهرگ هایی که برای پیوند روی قلب استفاده می شوند معمولا از سمت داخلی ساق و ران پا برداشته می شوند. طول برش ایجاد شده بر اساس میزان نیاز عروق قلب تعیین می شود، پس از برداشتن سیاهرگ، زخم با بخیه قابل جذب دوخته می شود.

ممکن است پس از عمل، به علت برداشتن سیاهرگ، ورم در ناحیه ساق و مچ پا ایجاد شود که پس از مدت کوتاهی (معمولا کمتر از سه ماه) با فعال شدن سایر عروق پا این ورم برطرف می شود. برای کم کردن سریعتر این ورم، سه توصیه را به کار ببرید :

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

۱. هنگام نشستن پای خود را روی یک صندلی یا چهارپایه بگذارید طوری که از محل باسن بالاتر قرار گیرد. همچنین هنگام دراز کشیدن با گذاشتن بالش زیر پا، پای خود را بالاتر از سطح بدن قرار دهید.
۲. در صورت لزوم در طول روز و هنگام راه رفتن یا ایستادن از جوراب های کشی مخصوص واریس استفاده کنید.
۳. پاهایتان را روی هم نیندازید. چهار زانو ننشینید.

درد :

میزان درد پس از عمل در موارد مختلف فرق می کند، ولی معمولاً احساس درد و ناراحتی در اطراف استخوان قفسه سینه و شانه ها و پا تا چند هفته ادامه پیدا می کند. این درد به مرور زمان از بین خواهد رفت.

ممکن است در اطراف زخم سینه یا پا احساس کمرختی یا بی حسی یا خارش کنید که این نیز امری طبیعی است.

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

قرص های مسکن در تحمل درد کمک خواهند کرد اما اگر شدت درد



زیاد است، پرستار یا پزشک را در جریان بگذارید. ممکن است در دست های تان احساس

ضعف و درد و در نوک انگشتان خود احساس مور مور داشته باشید این نیز امری طبیعی است و فقط نیاز به گذر زمان دارد.

پس از عمل :

درست پس از عمل جراحی شما به اتاق ریکاوری یا بخش مراقبت های ویژه (ICU) منتقل می شوید. یک پرستار تمام وقت همواره در کنار شما خواهد بود و تجهیزات ویژه ای جهت پایش پیشرفت شما به کار می روند.

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

برخی افراد یک تا دو ساعت پس از عمل جراحی به هوش می آیند، اما اکثرا به زمان بیشتری نیاز دارند. اگر شما پیش از اینکه قادر به حرکت دادن دست ها و پاهایتان باشید، چشم های خود را باز کردید، نگران نباشید چرا که ذهن و بدن شما به زودی هماهنگ می شوند.

شما احساس درد می کنید اما این درد شدید نیست، در صورت شدید بودن درد و درخواست شما، پرستارگان برای شما طبق دستور پزشک، داروی ضد درد تزریق خواهد کرد. این مسئله که لوله ها و سیم های زیادی به شما متصل است، امری طبیعی می باشد. این ها جهت پایش علائم حیاتی، نمونه گیری خون، تجویز داروها و سرم و تخلیه مایعات بدن شما، به کادر درمانتان کمک می کند.

تمام این کارها برای بهبودی و راحتی شما می باشد. برخی از این دستگاه های کنترل کننده در زیر شرح داده شده اند.

نوار قلب و فواید آن چیست ؟

دستگاه نوار قلب یا الکتروکاردیوگرام، ضربان قلب شما را ثبت می کند. سیم های نازک یا اکترودها به دست، شانه و قفسه سینه شما متصل می شوند. پیام های دریافت شده توسط الکترودها به پزشک شما نشان میدهد که آیا قلب شما طبیعی کار می کند یا خیر. همچنین یک پرستار آموزش دیده، همواره نوار قلب شما را کنترل می کند.



مسیر سرخرگی چیست؟

شما دارای یک لوله تنفسی در دهانتان هستید که سبب ایجاد ناراحتی شده و شما قادر به حرف زدن نیستید. این لوله ها اغلب در عرض ۲۴ ساعت بیرون کشیده می شود. سپس شما هوشیاری خود را باز می یابید و خود تنفس خواهید کرد.

این لوله های کلفت به صورت داخلی در طول قفسه سینه قرار داده می شوند تا مایع نشت کرده اطراف قلب هنگام عمل را تخلیه کند. بدون این لوله ها، مایع (شامل خون) در داخل قفسه سینه تجمع پیدا می کند. لوله ها پس از چند روز بعد از جراحی طبق دستور پزشک، از قفسه سینه شما، خارج می شوند.

معمولا تا چند روز بعد از عمل در بخش مراقبت های ویژه می مانید و سپس با شروع خوردن غذا و آغاز راه رفتن به بخش بیماران معمولی منتقل

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

خواهید شد. به یاد داشته باشید که همکاری شما در موارد ذیل در تسریع بهبودی شما موثر خواهد بود:

۱. داشتن فعالیت مناسب و همکاری در پایین آمدن از تخت

۲. کشیدن نفس های عمیق

۳. انجام عمل سرفه

در بخش :

در بخش به مدت چند روز تا بهبودی کامل از شما مراقبت خواهد شد. ممکن است در این زمان شما احساس خستگی، بی اشتهايي و کمی درد داشته باشید ولی این علايم به زودی از بين خواهد رفت.

از روز سوم شما قادر خواهید بود که راه برويد و نظافت کنید و تشويق خواهید شد که در طول بخش قدم بزنيد.

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

زخم های شما توسط پزشک و پرستار بررسی می شود و پانسمان های شما روزانه عوض می شود.

خوردن و آشامیدن :

به تدریج اشتهای شما باز خواهد گشت. بی اشتهایی، حالت تهوع مختصر و یبوست از موارد بسیار شایع پس از عمل جراحی قلب می باشد.

با غذاهای ساده و حجم کم شروع کرده و به تدریج آن ها را اضافه

کنید به جز غذاهای خیلی چرب و پرنمک می توانید از سایر غذاها

استفاده کنید. هر قدر که بخواهید می توانید بیاشامید. بهتر است که آرام و آهسته غذا بخورید.

برای داشتن دفع خوب در روزهای نخست ممکن است نیاز به داروی

ملین داشته باشید. از زور زدن زیاد هنگام دفع خودداری کنید. در صورت

یبوست نیز از میوه و سبزیجات تازه و انجیر خیسانده استفاده نمایید.

بستن کمربند:

بستن کمربند بعد از جراحی قلب باز، امری ضروری است. معمولا این کمربندهای سینه ای برای این تجویز می شوند که محل باز شدن قفسه سینه و استخوان جناغ را هنگام فعالیت شما، محکم نگه داشته و به ترمیم و جوش خوردن سریع تر و بهتر این زخم کمک کند. توصیه می شود تا ۳ ماه این کمربند بسته شود و استفاده از این کمربندها هیچ عارضه ای ندارد.

پیس میکر یا ضربان ساز :

ضربان ساز یک سیم نازک است که سر آن یک تکه فلزی قرار دارد. ضربان سازی که بعد از عمل قلب باز برای بیمار تعبیه می شود، تک حفره ای گفته می شود یعنی یک سر سیم درون یکی از حفره های قلب (بطن) و سردیگر سیم روی قفسه سینه موجود است که این سیم در مواقع اورژانسی به دستگاه ضربان ساز وصل شده و به عضله قلب کمک می کند.

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

تا زمانی که در بیمارستان بستری هستید ، این سیم باید وصل باشد و قبل از ترخیص از بیمارستان ، طبق دستور پزشک، از بدن بیمار خارج می شود.

زخم بستر:

برای جلوگیری از ایجاد زخم بستر، در تخت جابجا شوید. به پهلو بخوابید و ملحفه را زیر خود صاف کنید که زیر بدنتان جمع نشود و نقاط فشاری ایجاد نکند.

بی حرکتی یا استراحت طولانی در بستر می تواند باعث ایجاد کمر درد، درد شانه ها و مفاصل بشود.

مراقبت از زخم :

قبل از ترخیص، محل زخم های جراحی را با دقت نگاه کنید تا بتوانید تغییرات ظاهری آن ها را در منزل تشخیص دهید. زخم ها را روزانه از نظر قرمزی، تورم یا ترشح به دقت کنترل کنید.

بدون اجازه پزشک از مالیدن پماد یا پودر روی زخم جدا خودداری کنید. خارش، گزگز شدن یا کرحتی در نواحی زخم، طبیعی است.

ورزش:

انجام حرکات سبک و راه رفتن پس از عمل برای بهبود ضروری است. از چند روز پس از مرخص شدن از بیمارستان می توانید برای قدم زدن از خانه خارج شوید. پیاده روی و قدم زدن باعث بهبود گردش خون در بدن و افزایش قدرت عضلات و احساس سلامتی می شود. از افتادن در بستر به شدت پرهیز کنید. تا ۶ هفته از بلند کردن اجسام بیش از ۲-۳ کیلوگرم بپرهیزید. اما کارهای شخصی و کارهای سبک را می توانید انجام دهید. در

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

هنگام بلند شدن از حالت خوابیده با احتیاط و آرامی این کار را انجام دهید. بین دوره فعالیت و استراحت خود نوعی تعادل ایجاد کنید. در بین فعالیت های خود، استراحت کنید تا احساس خستگی نکنید.

برنامه پیاده روی را نباید به شکل منقطع انجام دهید، بلکه آهسته و پیوسته آن را به اتمام برسانید. قبل از مشورت و کسب اجازه از پزشک، از انجام فعالیت ها و ورزش های سنگین مثل شنا، تنیس، دویدن یا باغبانی خودداری کنید.

بالا رفتن از پله برای شما مشکلی ندارد به شرط آن که خود را خسته نکنید. از کارهایی که به قفسه سینه فشار می آورد مثل: بغل کردن بچه، حمل ساک یا چمدان و بلند کردن دو دست به بالای سر یا بردن دست ها زیر سر پرهیز کنید.

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

علائم فعالیت بیش از حد : خستگی زیاد، احساس ناراحتی در

قفسه سینه، تنگی نفس بیش از اندازه، ضربان تند یا نامنظم . اگر این علائم را احساس کردید، بنشینید و استراحت کنید.

اگر علائم شما بعد از ۲۰ تا ۳۰ دقیقه بهبود نیافت، به پزشک مراجعه کنید.

رانندگی:

به علت فشار فیزیکی روانی، رانندگی تا ۶ هفته پس از عمل جراحی برای شما ممنوع است. پس از آن نیز تا مدتی در مسافرت های کوتاه رانندگی کنید. بعد از عمل جراحی به علت سفتی مفاصل و درد، حرکت شانه ها و دست و پاها ، محدود می شود و به علت برش جراحی روی پا شاید نتوانید به موقع و با قدرت ترمز بگیرید.

تاری دید بعد از عمل جراحی نیز خواهید داشت که باعث اختلال در دید شما و رانندگی می شود که ۸-۱۲ هفته بعد از عمل، برطرف می شود.

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

اگر نتوانستید این کارها را انجام دهید، رانندگی نکنید.

۱. فرمان را با دو دست بگیرید و روی آن عقب و جلو بروید

بدون آن که فشار روی قفسه سینه احساس کنید.

۲. باید بتوانید روی ترمز فشار بیاورید بدون آن که در پاها

احساس درد کنید.

خواب :

ممکن است تا مدتی پس از عمل با بیخوابی مواجه شوید یا پس از

یک خواب کوتاه در ساعت ۲ یا ۳ صبح بیدار شوید. مطمئن باشید که این

مشکل شما بعد از یک ماه برطرف خواهد شد.

سعی کنید در طول روز نخوابید. مصرف یک قرص یا شیاف مسکن

همرا با یک قرص خواب آور قبل از رفتن به رختخواب تا حد زیادی مشکل

شمارا حل می کند.

خلق و خو:

تغییرات خلق و خو در چند هفته اول بعد از عمل شایع است. وضعیت عاطفی به موازات بهبود شرایط جسمی، پیشرفت خواهید کرد.

اگر این تغییرات در عرض چند هفته بهبود قابل ملاحظه ای نداشت، لطفا با پزشک تماس بگیرید.

حمام:

از یک هفته پس از عمل جراحی می توانید دوش بگیرید. این امر از نظر احساس شادابی روحی و رهایی از افسردگی مختصری که گاهی پس از عمل ظاهر می شود، به شما کمک می کند. می توانید زخم ها را با آب و صابون بشویید ولی روی آن ها را تا مدتی لیف نکشید. از مالیدن هرگونه روغن، پودر یا کرم به محل زخم، بپرهیزید.

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

طول مدت حمام باید کوتاه و به کمک همراه باشد. در طول حمام روی صندلی بنشینید. در صورت مشاهده قرمزی گسترده اطراف زخم یا مشاهده ترشح چرکی و یا تب شدید، به بیمارستان مراجعه کنید.

سیگار :



سیگار رگ های کرونر را تنگ می کند. اگر پس از عمل نیز به کشیدن سیگار ادامه دهید، قطعاً ناراحتی شما بر خواهد گشت و رگ های پیوند شده نیز آسیب خواهد دید.

تا ۶ هفته باید از عمل، از فعالیتهای جنسی (زناشویی) پرهیز

کنید، تا مدتی پس از آن نیز ممکن است مشکلاتی در این امر داشته باشید ولی نگران نباشید، به زودی مشکل شما حل خواهد شد.

رژیم غذایی و کاهش وزن :

نقش چربی و کلسترول در پیشرفت تنگی عروق کرونر قطعی است.

سعی کنید که وزن

خود را ایده آل نگه

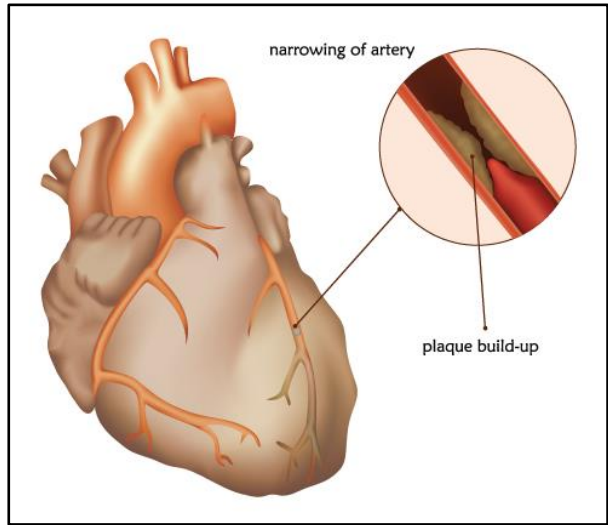
دارید. در این مورد می

توانید با یک متخصص

تغذیه نیز مشورت

کنید. در هفته های

اول پس از عمل،



اصراری به گرفتن رژیم غذایی خاص به جز رعایت مصرف نمک و چربی

نیست اما از ۳ الی ۴ هفته پس از عمل که انرژی خود را باز یافتید و زخم ها

بهبود یافتند، باید رژیم غذایی خود را به صورت جدی رعایت کنید. در این

رژیم باید حتی الامکان از مواد غذایی زیر استفاده نکنید :

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

۱. کره، خامه، مایونز، بادام زمینی، زرده تخم مرغ، خوراک مغز و جگر، کله پاچه، انواع روغن های جامد و مایع نامناسب (روغن کلزا با ترانس پایین)

۲. شیر سر شیر نگرفته، پنیر پر چربی، بستنی، گوشت قرمز، سوسیس، کالباس، قلو، زبان و خاویار.

۳. بیسکویت ، شیرینی، کیک، کلوچه، پیراشکی، شکلات، مربا و حتی الامکان شکر

ترجیحا از مواد غذایی زیر استفاده کنید:

۱. روغن آفتابگردان، روغن ذرت، روغن زیتون، گردو ، بادام، روغن ماهی.

۲. شیر بدون سر شیر ، پنیر کم چرب، ماست کم چرب، ماهی ، مرغ (بدون پوست)

۳. تمام میوه ها و سبزیجات، سویا، لوبیا، باقلا، جو، جوانه گندم، سیوس ، ذرت، عسل، نان سنگک.

کار:

۷۰ تا ۸۰ درصد از بیماران پس از عمل به کار قبلی خود ادامه می دهند ولی این امر به نوع کار شما بستگی دارد. در این رابطه با دکتر خود مشورت کنید ولی به طور کلی پس از ۲ ماه می توانید به طور سبک به کار خود بپردازید.

از فعالیت شدید پرهیز کنید.

نماز:

جهت خواندن نماز، تا دو ماه حداقل، از میز استفاده کنید.

در خاتمه:

خلاصه پرونده شما هنگام ترخیص به شما داده می شود. این خلاصه پرونده که جزئیات مربوط به عمل شما در آن ذکر شده است به ارزش

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

شناسنامه شما است، از آن مواظبت کنید و هر زمان به هر پزشکی که مراجعه می کنید آن را به همراه داشته باشید.

پس از ترخیص از بیمارستان، یک سری آزمایش خون و عکس از قفسه سینه که برای شما نسخه شده است را انجام داده و به جراحتان مراجعه کنید. پس از اطمینان از عدم وجود مشکلات جراحی ، به پزشک متخصص داخلی قلب که قبلا تحت نظر ایشان بوده اید ارجاع داده خواهید شد تا در دراز مدت ادامه درمان دارویی شما را به عهده بگیرند.

توصیه مهم :

در صورت مشاهده موارد زیر به پزشک خود مراجعه کنید:

۱. دمای بالای ۳۷.۵ درجه سانتی گراد

۲. لرزش یا عرق زیاد

۳. تنگی نفس

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

۴. وجود قرمزی، چروک یا ورم متغیر و غیر عادی اطراف زخم ها
۵. نبض خیلی تند یا خیلی کند
۶. احساس ضربان نامنظم، مگر اینکه قبل از ترخیص هم این حالت را داشته اید.
۷. خستگی مفرط یا ضعف زیاد
۸. احساس ورم یا پری معده
۹. دردی که ربطی به زخم ها نداشته باشد یا در محل زخم ها نباشد.
۱۰. تهوع و استفراغ
۱۱. افزایش وزن بیش از ۱.۵ کیلوگرم در عرض ۳ روز
۱۲. تنگی نفس بخصوص در زمان استراحت یا دراز کشیدن در بستر.

راهنمای عمل پیوند رگ های کرونر

۱۳. از تماس با افرادی که سرماخوردگی یا علائم آن را دارند،

پرهیز کنید.

References:

۱. Tehran Heart Center
۲. Patient_edu.blogfa.com
۳. Med_nurse.ir