



- افرادی که تحت عمل تعویض یا ترمیم دریچه ای قرار می گیرند هر گونه عمل جراحی و حتی اعمال دندانپزشکی می تواند باعث عفونت دریچه گردد مگر اینکه از قبل آنتی بیوتیک لازم با نظر پزشک معالج به صورت پیشگیری مصرف شود.
- برای مسواک زدن از مسواک نرم استفاده کنید تا لثه شما به خون نیافتد.
- کسانی که دریچه آنها ترمیم شده یا از دریچه بافتی (حیوانی) استفاده شده به مدت 3 ماه و کسانی که دریچه فلزی دارند مادام العمر باید داروی وارفارین استفاده کنند. مصرف این دارو نیاز به آزمایش کنترل INR , PT دارد که اوایل بعد از عمل، هر روز و بعد، هر دو تا 3 روز و بعد، هر هفته و بعد از اینکه کاملاً تنظیم شد هر یک ماه انجام می شود.
- اگر نیاز به اعمال جراحی یا دندان پزشکی باشد باید مصرف وارفارین را به اطلاع پزشک مربوطه برسانید تا میزان مصرف آن قبل از عمل ها طوری تنظیم شود که بعد از عمل دچار خونریزی نشوید.

• هنگام مصرف وارفارین در صورت وقوع هر یک از علائم زیر به پزشک مراجعه کنید:

- افزایش کبودی
- سردرد شدید
- خون در ادرار
- درد و تورم شکم
- خون در مدفوع
- سفتی و تورم مفاصل



- سرفه خونی
- خونریزی بیش از حد
- خونریزی بیش از حد عادت ماهیانه

- وارفارین را بهتر است هر روز در ساعت مشخص و ترجیحاً عصر مصرف شود. (با معده خالی بهتر جذب می شود)
- اگر یک روز مصرف وارفارین را فراموش کردید مصرف روز بعد را دو برابر نخور نکنید.
- مصرف غذاهای زیر میتوانند باعث کاهش مقدار INR , PT و احتمال غلیظ شدن زیاد خون میشود، کمتر مصرف کنید: اسفناج، جگر، جعفری، کلم بروکلی، کلم سفید، لوبیا، باقالی، پوست خیار، انبه، روغن آفتابگردان و سویا.
- در کسانی که وارفارین مصرف میکنند میزان PT بین 18 الی 24 و INR بین 2.5 الی 3.5 تنظیم میشود. البته این به نوع دریچه، محل دریچه و نظر پزشک بستگی دارد و حتماً باید توسط پزشک تنظیم شود.
- مصرف بعضی از داروها ممکن است با اثر وارفارین تداخل داشته باشد خصوصاً داروهای هورمونی مثل قرص ضد بارداری، آنتی بیوتیک ها، بعضی مسکن ها، ویتامین K و ... لذا در صورت نیاز به مصرف هر داروی دیگر همراه با وارفارین پزشک خود را مطلع نمایید.
- مقدار مصرف وارفارین در اشخاص مختلف متفاوت است لذا هیچوقت مقدار مصرفی خود را به دیگری توصیه نکنید.



- از ورزش های سنگین و کارهای خطرناک که احتمال آسیب و خونریزی دارد پرهیز کنید و یادتا باشد که در صورت بریدگی خون شما دیرتر از زمان عادی بند می آید.
- خانوم ها تا 6 ماه بعد از عمل باید پیشگیری از بارداری داشته و اگر اصرار به حاملگی بعد از این زمان دارند حتماً با پزشک خود مشورت کنند.
- برای جلوگیری از بارداری بهترین راه در بیماران دریچه ای بستن لوله هاست زیرا استفاده از IUD شانس عفونت دریچه را بالا میبرد. و نیز مصرف قرص ضد بارداری با وارفارین تداخل دارد.
- کسانی که قرص آهن یا فروسولفات مصرف میکنند ممکن است مدفوع شان سیاه رنگ شود که نشانه ی خونریزی داخلی نیست.
- دریچه های مصنوعی فلزی صدا دار هستند و اوایل بعد از عمل برای بیمار و حتی شخصی که کنار بیمار میخوابد آزار دهنده است ولی این صدا به تدریج کم میشود و فرد نیز به آن عادت میکند.
- آموزش صحیح تنفس به بیمار :

به آرامی از راه بینی نفس عمیق بکشید و چند لحظه نگه دارید و سپس بازدم را به آرامی خارج کنید.

دست های خود را بصورت ضربدری روی قفسه سینه نگه دارید و به آرامی سرفه کنیدو سعی کنید خلط را خارج کنید. از وسایل کمک تنفسی مانند اسپیرومتری برای توانبخشی تنفسی بهره بگیرید.



بیمارستان فوق تخصصی قائم (عج)
Ghaem SubSpecialty Hospital



• استحمام:

پس از گذشت 7 روز از عمل جراحی و اجازه ی پزشک معالج میتوانید روزانه به اندازه 5 دقیقه استحمام کنید و از کشیدن لیف زیر و شامپوهای قلیایی پرهیز کنید. میتوانید از شامپو بچه برای استحمام استفاده کنید. محل برش جراحی نیاز به پانسمان ندارد و در صورت ترشحات محل زخم، از یک گاز تمیز استفاده کرده و در صورت زیاد بودن به پزشک یا مرکز درمانی مراجعه کنید. به یاد داشته باشید استحمام به بهبود هر چه سریعتر زخم کمک میکند. میتوانید در هنگام استحمام برای جلوگیری از خسته شدن روی صندلی بنشینید.

• استراحت:

هنگام خواب و استراحت فقط به پشت خوابیده و از به پهلو خوابیدن به مدت 6 هفته خودداری کنید تا جناغ سینه به خوبی جوش بخورد.

• خواندن نماز:

خواندن نماز تا 2 هفته باید پشت میز و صندلی انجام شود و پس از آن دوره هم نباید باعث آسیب به محل ها و زخم های جراحی شود.

• تحرک و فعالیت:

فعالیت باید تا حدی باشد که ایجاد خستگی نکند و بیمار دچار خستگی و یا درد نشود. راه رفتن باعث زود جوش خوردن زخم میشود و از جمع شدن ترشحات ریه و روی

هم خوابیدن آن جلوگیری میکند سعی کنید تا آنجا که ممکن است کارهای شخصیتان را خودتان انجام دهید. روزانه پیاده روی سبک در هوای آزاد انجام دهید. از پیاده روی در هوای سرد و آلوده اجتناب کنید و در صورتیکه احساس کردید طپش قلب دارید، استراحت کنید.

- 1.5 تا 2 ماه پس جراحی برای برگشتن به کار، معمولا زمان مناسبی می باشد در غیر اینصورت با پزشک خود مشورت کنید.
- از مصرف دخانیات و الکل به هر شکل حداقل تا 6 ماه اجتناب کنید و از حضور در محل هایی که دخانیات مصف میکنند، امتناع فرمایید.
- در روز های ابتدایی پس از ترخیص تعداد ملاقات کنندگان باید به حداقل برسد.
- به هیچ عنوان اشیا سنگین تر از سه کیلوگرم بلند نکنید.
- به هیچ عنوان تا دو ماه رانندگی نکنید و حتی امکان از فرمان هیدرولیک استفاده کنید.
- پس از یک ماه بعد از عمل جراحی میتوانید فعالیت جنسی خود را آغاز کنید. در صورت وجود درد قفسه سینه، تنگی نفس و ... در حین فعالیت جنسی با پزشک مشورت کنید.

مراقبت های مخصوص بیماران

دریچه ای

دریچه های مکانیکی



دریچه های بیولوژیکی



تهیه: ازبخش ICU OH

زیر نظر:

کمیته آموزش بیمارستان فوق تخصصی قائم (عج)

رشت، بلوار شهید افتخاری

۰۱۳۳۳۵۶۵۰۱۱-۱۹

۰۱۳۳۳۵۶۵۰۱۰

www.ghaem-hospital.ir

info@ghaem-hospital.ir