

آموزش جامع بیمار: کوله سیستکتومی (Cholecystectomy)

کوله سیستکتومی چیست؟

کوله سیستکتومی یعنی برداشتن کیسه صفرا (Gallbladder). کیسه صفرا عضوی است که صفرا را ذخیره و در هضم چربی ها کمک می کند.

علت انجام کوله سیستکتومی

سنگ کیسه صفرا (شایع ترین علت)

التهاب کیسه صفرا (کوله سیستیت)

انسداد مجاری صفراوی

عفونت یا عوارض سنگ ها

پولیپ های بزرگ یا مشکوک

علائم قبل از جراحی

درد شدید قسمت راست و بالای شکم

درد بعد از مصرف غذای چرب

تهوع و استفراغ

نفخ

تب (در صورت عفونت)

زردی در موارد شدید

تشخیص

سونوگرافی شکم (روش اصلی)

آزمایش خون WBC ، آنزیم های کبدی

MRCP در موارد خاص

CT

درمان

درمان اصلی

کوله سیستکتومی لاپاراسکوپی (شایع ترین)

جراحی باز در موارد پیچیده

درمان دارویی (موقت)

آنتی بیوتیک (در عفونت)

مسکن

مایعات وریدی

خودمراقبتی بعد از جراحی

استراحت کافی

مصرف داروها طبق دستور

راه رفتن زود هنگام برای پیشگیری از لخته

مراقبت از زخم ها

پرهیز از فعالیت سنگین

فعالیت

مجاز

✓ راه رفتن سبک از روز اول

✓ فعالیت های سبک روزانه

✓ افزایش تدریجی فعالیت

ممنوع

X بلند کردن اجسام سنگین (حداقل 2 تا 4 هفته)

X ورزش سنگین

X حرکات شکمی شدید

تغذیه بعد از کوله سیستکتومی

هفته اول

غذاهای کم چرب و سبک

سوپ، برنج ساده، نان تست

بعد از آن

- رژیم کم چرب
- وعده‌های کوچک و متعدد
- باید اجتناب شود
- X غذاهای چرب و سرخ‌کردنی
- X فست‌فود
- X غذاهای سنگین و نفاخ

نکته مهم

بدن به مرور بدون کیسه صفرا سازگار می‌شود، اما رژیم کم‌چرب کمک‌کننده است.

نشانه‌های خطر (اورژانسی)

- تب بالای 38 درجه
- درد شدید شکم یا افزایش درد
- زردی پوست یا چشم‌ها
- تهوع و استفراغ شدید
- قرمزی یا ترشح چرکی از زخم
- نفخ شدید و عدم دفع گاز یا مدفوع

مراقبت از زخم و پانسمان

- تعویض پانسمان
- شستشوی دست قبل و بعد
- استفاده از گاز استریل
- خشک و تمیز نگه داشتن محل
- تعویض در صورت خیس یا آلوده شدن
- بررسی علائم عفونت (قرمزی، ترشح، درد)

استحمام

- معمولاً 48 ساعت بعد از لاپاراسکوپی مجاز است (طبق نظر پزشک)
- دوش کوتاه با آب ولرم
- عدم استفاده از وان یا استخر
- خشک کردن کامل محل بخیه

عدم مالش زخم

عوارض احتمالی

عفونت زخم

خونریزی

نشت صفرا (نادر)

اسهال موقت

درد شانه (در لاپاراسکوپی)

کنترل درد

مصرف مسکن طبق دستور

راه رفتن سبک برای کاهش درد گاز لاپاراسکوپی

استراحت کافی

حمایت شکم هنگام حرکت

خودمراقبتی در منزل

مصرف رژیم کم چرب

پیاده روی روزانه

جلوگیری از یبوست

مصرف داروها طبق نسخه

مراقبت از زخم

آموزش های ضروری هنگام ترخیص

✓مراقبت از زخم

✓رژیم غذایی کم چرب

✓علائم خطر

✓محدودیت فعالیت

✓داروها

✓زمان مراجعه بعدی

1. Schwartz's Principles of Surgery
2. Sabiston Textbook of Surgery
3. Bailey & Love's Short Practice of Surgery
4. Maingot's Abdominal Operations
5. Brunner & Suddarth's Medical-Surgical Nursing
6. American College of Surgeons – Gallbladder Surgery
7. NHS Cholecystectomy Guidance
8. NICE Gallstone Disease Guidelines
9. UpToDate Patient Education – Cholecystectomy