

مددجوی گرامی این راهنما جهت آشنایی شما با بیماری التهاب و سنگ کیسه صفرا تهیه شده است. امیدواریم که این محتوا در روند درمانی شما مفید واقع شود.

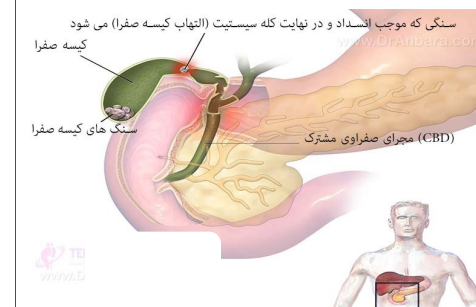
کوله سیستیت به التهاب حاد کیسه صفرا گفته می شود. علت کوله سیستیت حاد در بیشتر از ۹۰ درصد بیماران سنگ کیسه صفرا (**کوله لیتیاژیس**) می باشد.

علائم و نشانه های بیماری چیست؟

سنگ های داخل کیسه صفرا ممکن است هیچ علامتی نداشته باشند. اگر سنگ کیسه صفرا در یک مجرا قرار گرفته و باعث گرفتگی و انسداد شود، علائم و نشانه های زیر دیده می شوند:

درد شدید در سمت راست و بالای شکم، درد در شانه راست و مرکز شکم (زیر استخوان سینه)، حساسیت عضلات شکم در هنگام لمس، بی اشتها، تهوع استفراغ، تب، زرد شدن صورت و سفیدی چشم ها، نفخ، سوء هاضمه، آروغ زدن، عدم تحمل غذاهای چرب

در کوله سیستیت این علائم معمولاً بیش از ۶ ساعت ادامه می یابند.



روش های تشخیص چگونه است؟

تشخیص براساس شرح حال و معاینات فیزیکی انجام می شود.

۱. آزمایشات خون

۲. آزمایشات تصویربرداری: مانند سونوگرافی شکم، سی تی اسکن، کوله سیستو گرافی دهانی (در این روش از طریق رادیوگرافی با اشعه ایکس بعد از خوردن ماده حاجب، کیسه صفرا را بررسی می کنند)

راه های پیشگیری چیست؟

وزن مناسبی داشته باشید، چاقی و اضافه وزن باعث افزایش خطر سنگ کیسه صفرا می شود. سعی کنید با کاهش کالری مصرفی و ورزش کردن به تناسب اندام برسید.

کاهش وزن **تدریجی** داشته باشید، کم کردن نیم تا یک کیلوگرم در هفته میزان مناسبی می باشد (از کاهش وزن شدید خودداری کنید)

رژیم غذایی کم چرب داشته باشید.

وعده های غذایی را حذف نکنید، حذف وعده های غذایی و اجتناب از غذا خوردن خطر ایجاد سنگ کیسه صفرا را افزایش می دهد (به عبارتی دیگر ناشتایی طولانی مدت نداشته باشید)

مصرف مایعات کافی و رژیم غذایی پر فیبر (مثل سالاد) در وعده های غذایی توصیه می شود.

در مصرف داروهای هورمونی و ضدبارداری افراط نکنید. از مصرف بی رویه داروهای لاغری پرهیز کنید.

از شیوه زندگی بدون تحرک پرهیز کنید.

روش های درمان چگونه است؟

جراحی برای برداشتن کل کیسه صفرا انجام می شود زیرا سنگ کیسه صفرا معمولاً برگشت پذیر است. زمانی که کیسه صفرای شما برداشته شود مشکلی در زندگی عادی شما ایجاد نمی شود.

جراحی می تواند به دو روش انجام شود:

روش جراحی باز یا لاپاراتومی: در این روش جدار شکم برش خورده و کیسه صفرا خارج می شود.

روش جراحی بسته یا لاپاراسکوپي: در این روش با ایجاد سه یا چهار سوراخ کوچک روی شکم و با استفاده از دوربین ویدئویی عمل جراحی انجام شده و کیسه صفرا از طریق همین سوراخ ها خارج می شود.

اقدامات قبل از جراحی چیست؟

در صورت مصرف داروهای رقیق کننده خون مانند آسپرین، وارفارین، آپیکسابان، پلاویکس و ... اطلاع دهید.

از دو هفته قبل از جراحی مصرف دخانیات را کاهش داده یا قطع کنید.

انجام تمرینات تنفس عمیق را از روز قبل از جراحی شروع کنید.

از ۸ ساعت قبل از جراحی چیزی نخورید و نیاشامید (ناشتا باشید)

در صورت تجویز پزشک، بررسی قلب و ریه، آزمایشات خون و تصویربرداری (مانند سی تی اسکن و ام آرآی) را انجام داده و روز بستری همراه داشته باشید.



Mashhad University of
Medical Sciences

آموزش به بیمار

تاریخ صدور: ۱۴۰۱/۰۴/۰۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۱۰/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۱۰/۰۱

کد بازنگری: OH-PE-B17-03

آشنایی با التهاب و سنگ کیسه صفرا

(کوله سیستیت و کوله لیتیاژیس)



سنگ های صفراوی

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امید

واحد آموزش سلامت

۶. تا ۸ هفته پس از عمل، رژیم غذایی کم چرب را ادامه دهید و پس از آن برحسب میزان تحمل می توانید چربی را به رژیم غذایی خود اضافه کنید. عدم تحمل چربی می تواند ۶ تا ۱۲ ماه طول بکشد.

علائم خطر چیست؟

در صورت بروز استفراغ مکرر، تب و لرز، قرمزی و تورم بیشتر از دو بند انگشت در محل زخم، خونریزی و ترشحات بد بو از محل جراحی، دل درد و اسهال شدید به پزشک یا اورژانس مراجعه کنید.

جهت دریافت خدمات آموزشی و پاسخگویی به سوالات خود می توانید همه روزه صبح ها به جز ایام تعطیل ساعت ۱۳-۸ با کلینیک پرستاری آموزش سلامت شماره تماس: ۰۵۱-۳۸۴۲۶۰۸۲ داخلی ۸۵۴۴ ارتباط باشید. خارج از ساعت ذکر شده با بخش بستری خود تماس بگیرید.

روش های دسترسی به آموزش های مجازی بیمارستان:

۱. وب سایت بیمارستان به آدرس:

<https://omid.mums.ac.ir/index.php/nursing-services/amoozesh-salamat>

۲. اسکن بارکدهای پایین با نرم افزار بارکد خوان یا دوربین تلفن همراه و ورود مستقیم به صفحه مطالب آموزشی بیمارستان



کد دریافت فیلم های آموزشی



کد دریافت پمفلت های آموزشی



کد ورود به کانال آموزشی ایما

منبع: Medlineplus

مراقبت های بعد از جراحی چیست؟

تمرینات تنفس عمیق و سرفه موثر را چند مرتبه در روز انجام دهید.

در تخت پاها را مرتب تکان دهید، بعد از اجازه پزشک به کمک همراه راه بروید تا از لخته شدن خون در پاها جلوگیری شود.

طبق دستور داروها را منظم مصرف کنید، از مصرف خودسرانه داروها خودداری کنید.

پانسمان زخم تا ۲ روز پس از ترخیص کافی است، پس از آن پانسمان را برداشته و دوش بگیرید.

محل زخم جراحی را نخاراندید و مالش ندهید، استعمال کرم یا پماد روی محل جراحی بدون نظر پزشک ممنوع است.

توصیه های غذایی بعد از جراحی چیست؟

۱. محدودیت مصرف چربی در هفته اول بسیار مهم است.

۲. در ۴ تا ۶ هفته اول غذاهای پرچرب (سرخ شده، فست فود، لبنیات پر چرب، خامه، دل و جگر، قلوه و گوشت چرب) مصرف نشود.

۳. در هفته های اول مواد محرک مانند قهوه غلیظ، غذاهای تند و پرادویه، سیر و پیاز خام، آجیل و مغزها، نوشابه گازدار و نوشیدنی های انرژیزا مصرف نشود.

۴. مصرف زرده تخم مرغ در هفته اول ۲ تا ۳ نوبت به صورت آبپز مجاز است، مصرف سفیده تخم مرغ منعی ندارد.

۵. وعده های غذایی در حجم کم ولی دفعات بیشتر میل کنید. غذا را خوب بجوید، آب کافی (۸ تا ۱۲ لیوان در روز) بنوشید.