



بسمه تعالی
 دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
 مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی



عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در سنگ کیسه صفرا

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۹/۲/۲۰	۱۴۰۱/۲/۵	۱۴۰۲/۲/۵	۱ از ۸	INS-PR-10/A

تعریف بیماری سنگ کیسه صفرا:

سنگ های کیسه صفرا که از مواد جامد موجود در صفرا تشکیل می شوند، معمولاً از نظر شکل و اندازه و ترکیب بسیار متنوعند. این سنگ ها در بچه ها و بالغین جوان به ندرت دیده می شوند ولی پس از ۴۰ سالگی شیوع آن به تدریج افزایش می یابد. دو نوع سنگ کیسه صفرا وجود دارد: سنگ های کلسترولی و رنگدانه ای.

علل شایع بروز سنگ کیسه صفرا:

علت سنگ های کلسترولی عبارتند از:

- چاقی
- زنانی که سابقه حاملگی های متعدد دارند
- مصرف هورمون استروژن
- مصرف داروهای ضد بارداری
- مصرف داروی کلوفیبرات
- افراد مسن
- دیابت
- علت سنگ های رنگدانه ای عبارتند از:
- افراد مبتلا به سیروز
- افراد مبتلا به همولیز
- عفونت سیستم صفراوی

علائم:

- گاهی سنگ های کیسه صفرا بدون علامت هستند و فاقد درد می باشند و فقط علائم خفیف گوارشی ایجاد می کنند، این سنگ ها به طور تصادفی هنگام جراحی یا ارزیابی مشکلات دیگر شناسایی شوند.
- علائم معمول شامل:



بسمه تعالی
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی



عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در سنگ کیسه صفرا

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۹/۲/۲۰	۱۴۰۱/۲/۵	۱۴۰۲/۲/۵	۲ از ۸	INS-PR-10/A

- درد
- یرقان یا زردی
- تغییر رنگ ادرار و مدفوع
- کمبود ویتامین ها

تشخیص:

- عکس ساده شکمی
- سونوگرافی
- تصویربرداری با مواد رادیواکتیو یا کوله سینتی گرافی
- کوله سیستوگرافی
- ERCP یا کولانژیوپانکراتوگرافی رتروگراد به وسیله اندوسکوپ
- کولانژیوگرافی ترانس هیپاتیک از راه پوست

درمان:

- درمانهای طبی
 - درمان تغذیه ای
 - درمان دارویی
- خارج کردن سنگ های کیسه صفرا با روش های غیر جراحی که شامل:
 - حل کردن سنگ های کیسه صفرا
 - خارج کردن سنگ ها بوسیله ابزار
 - سنگ شکن بوسیله امواج شوک خارج از بدن
 - سنگ شکن داخل بدن
- درمان جراحی



بسمه تعالی
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی



عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در سنگ کیسه صفرا

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۹/۲/۲۰	۱۴۰۱/۲/۵	۱۴۰۲/۲/۵	۳ از ۸	INS-PR-10/A

نکات آموزشی :

- در صورت مشاهده هر کدام از علائم نشان دهنده عفونت فوراً به پزشک اطلاع داده شود این علائم شامل:
 - تب
 - قرمزی در محل برش جراحی
 - تورم در محل برش جراحی
 - درد در محل برش جراحی
 - گرمی پوست در محل برش جراحی در هنگام لمس
 - خروج ترشحات چرکی در محل برش جراحی می باشد.
- آموزش نحوه صحیح پانسمان به بیمار و همراه وی

فعالیت:

- توصیه می شود که فعالیت ورزشی به صورت منظم و سبک، بلافاصله بعد از عمل صورت گیرد.
- از ورزش در هوای گرم و خشک پیشگیری شود.
- قبل و بعد از ورزش آب کافی نوشیده شود.
- فعالیت هایی مانند پیاده روی، طناب زدن و دوچرخه سواری مفید می باشد.
- از نشستن های طولانی مدت پرهیز شود.
- بعد از ۱-۲ روز بعد از عمل با صلاحدید پزشک می توان دوش گرفت.
- از بلند کردن اجسام سنگین بیش از ۲ کیلوگرم تا یک هفته بعد از عمل خودداری شود.
- بیمار فعالیت جنسی را هر زمان بعد از عمل، می تواند شروع کند.

رژیم غذایی:



بسمه تعالی
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی



عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در سنگ کیسه صفرا

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۹/۲/۲۰	۱۴۰۱/۲/۵	۱۴۰۲/۲/۵	۴ از ۸	INS-PR-10/A

- بعد از عمل ابتدا مایعات سپس غذاهای سبک کم چرب با پروتئین و کربوهیدرات بالا در حد تحمل استفاده شود.
- بر حسب تحمل، مواد غذایی مثل برنج، سیب زمینی آب پز، گوشت بدون چربی، نان، چای، میوه های پخته و سبزیجاتی که باعث نفخ می شوند، به تدریج به رژیم غذایی اضافه شود.
- از مواد غذایی مانند تخم مرغ، گوشت پرچرب، خامه، پنیر، الکل، میوه و سبزیجات نفاخ و غذاهای سرخ کرده پرهیز شود.

سایر نکات آموزشی:

- محل زخم جراحی طبق دستور پزشک پانسمان شود.
- آنتی بیوتیک ها و داروهای تجویز شده به موقع مصرف شده و دوره مصرف آنتی بیوتیک کامل شود.
- مایعات به صورت کافی شود
- در صورت بروز درد از داروهای مسکن تجویز شده استفاده شود، همچنین انجام تنفس عمیق و تغییر وضعیت در بستر، از بالش یا شکم بند طبق تجویز پزشک استفاده شود.
- جهت اتساع کامل ریه ها و پیشگیری از آتلکتازی، بیمار هر چند ساعت چند بار تنفس عمیق انجام دهد و سرفه نماید. راه رفتن به موقع بیمار نیز می تواند از بروز ترومبوآمبولی پیشگیری نماید. همچنین از اسپیرومتری نیز می توان برای این منظور استفاده کرد.
- در هنگام راه رفتن، ظرف جمع آوری ترشحات پایین تر از سطح کمر یا سطح مجاری مشترک صفراوی قرار گیرد تا تخلیه صفرا به آسانی انجام گیرد.
- جهت مراقبت از لوله توصیه می شود لوله پیچ خوردگی نداشته باشد و بیمار روی آن نخوابد و پایین تر از سطح کمر قرار گیرد.
- درد و حساسیت در ناحیه عمل و احساس کشیدگی و سوزش ممکن است برای چند ماه باقی بماند.
- بعد از عمل بیمار روزی ۳-۱ بار مدفوع شل دفع می کند که این امر پس از چند هفته تا چند ماه کم می شود.
- بیمار هر چند ساعت روی تخت بچرخد و روزانه چند بار از تخت پایین آمده و قدم بزند و بتدریج فعالیت ها را زیاد نماید.



بسمه تعالی
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی





عنوان سند: آموزش خود مراقبتی درسنگ کیسه صفرا

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
INS-PR-10/A	۵ از ۸	۱۴۰۲/۲/۵	۱۴۰۱/۲/۵	۱۳۹۹/۲/۲۰

- غذا در حجم کم و در وعده های بیشتر مصرف شود
- در صورت بروز هر یک از موارد زیر به پزشک مراجعه شود
 - تب، لرز و تعریق
 - قرمزی
 - بوی نامطبوع و خروج ترشحات از ناحیه عمل
 - تهوع و استفراغ
 - زردی پوست
 - ادرار تیره
 - مدفوع رنگ پریده
 - خارش

آموزش حین ترخیص:

- در صورت مشاهده هر کدام از علائم نشان دهنده عفونت فورا به پزشک مراجعه شود این علائم شامل:
 - تب
 - قرمزی در محل برش جراحی
 - تورم در محل برش جراحی
 - درد در محل برش جراحی
 - گرمی پوست در محل برش جراحی در هنگام لمس
 - خروج ترشحات چرکی در محل برش جراحی می باشد.
- در هنگام مراجعه به مرکز درمانی حتما مدارک قبلی و داروهای مصرفی را به همراه داشته باشید.

		بسمه تعالی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی			
عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در سنگ کیسه صفرا					
کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ	
INS-PR-10/A	۸ از ۶	۱۴۰۲/۲/۵	۱۴۰۱/۲/۵	۱۳۹۹/۲/۲۰	

داروها به موقع و سر وقت مصرف شود و در صورت وجود هر گونه عارضه ای و حساسیت به دارو با پزشک مشورت شود.

- جهت رفع هر گونه ابهام و سوال در رابطه با بیماری، داروها و .. شماره داخلی بخش (۳۲۱۲۵۳۳۱) می باشد.
- عارضه احتمالی بعد از عمل سنگ کیسه صفرا شامل:
 - خونریزی
 - علائم گوارشی مربوط به نشت صفرا یا صدمه احتمالی به روده می باشد که باید به بیمار/ همراه بیمار تاکید نمایید.

برونر و سودارث. پرستاری داخلی- جراحی گوارش. ترجمه مریم علیخانی. تهران: نشر بشری، ۱۳۹۸. آموزش به بیمار (دکتر خدیجه نصریانی) ۱۳۹۴	منابع و مراجع
افسون توفیق(مسئول آموزش به بیمار)- عظیمه صادقی نور(سرپرستار بخش جراحی لاپاراسکوپی)	تهیه کنندگان
دکتر علی محمد بنان زاده(متخصص جراحی عمومی، فلوشیپ کولورکتال)	تایید کننده



بسمه تعالی
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
مرکز آموزشی درمانی شهید دکتر فقیهی



عنوان سند: آموزش خود مراقبتی در سنگ کیسه صفرا

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۹/۲/۲۰	۱۴۰۱/۲/۵	۱۴۰۲/۲/۵	۷ از ۸	INS-PR-10/A

