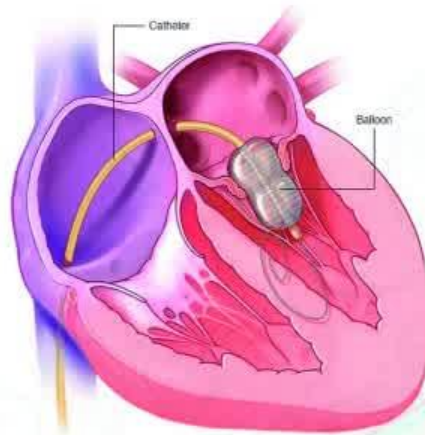
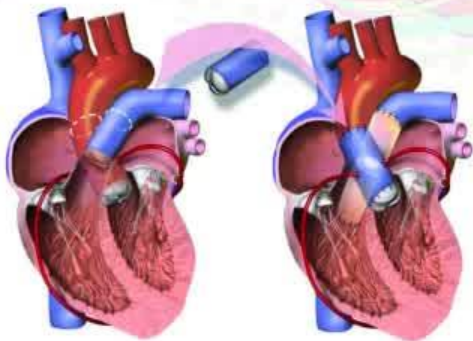


بعد از عمل به موارد ذیل توجه داشته باشید : فعالیت بدنی :

- ۶-۴ هفته استراحت نسبی داشته باشید.
- فعالیت های روزمره را به تدریج شروع کنید.
- از کارهایی که موجب خستگی زیاد یا تنگی نفس می شوند پرهیز کنید.
- از انجام حرکات ناگهانی خودداری کنید.
- روابط زناشویی بعد از بهبودی کامل با اجازه پزشک معالج بلامانع است.
- پیاده روی در هوای سالم (مثل پارک) و معتدل (نه خیلی سرد و نه خیلی گرم) را به برنامه روزانه خود اضافه کنید و زمان آن را به تدریج افزایش دهید. شروع و پایان پیاده روی باید با سرعت کمتری باشد تا بدن به تدریج گرم و سرد گردد.
- از انجام ورزش های حرفه ای بپرهیزید. (دویدن، تنیس و ...)
- تا دو ماه، از باز کردن کامل بازوها به طرفین خودداری کنید.
- از بلند کردن، هل دادن یا کشیدن اجسام با وزن بیشتر از ۳ کیلوگرم خودداری کنید.
- در هنگام بالا رفتن از پله ها، به فواصل استراحت کنید.
- از حضور در مکان های شلوغ بپرهیزید.
- در ماه های اول از رفتن به رکوع و سجده در هنگام نماز خودداری نمایید.



۱۱. واکسن آنفولانزا بعلت کاهش متابولیسم کبدی باعث افزایش اثر وارفارین می شود و بیمار تا یک ماه در معرض خونریزی قرار دارد.
۱۲. تب و هوای گرم طولانی مدت، سوء تغذیه و اسهال باعث افزایش اثر وارفارین می شود.
۱۳. استفاده از وارفارین در حاملگی باعث ناهنجاری مادرزادی در جنین می شود، حتماً با پزشک خود مشورت کنید.
۱۴. کارت شناسایی خود را همیشه همراه داشته باشید.
۱۵. دارو را از دسترس کودکان دور نگه دارید.
۱۶. آزمایش اندازه گیری زمان پروترومبین (PT) را به موقع انجام دهید تا بر اساس نتیجه این آزمایش میزان مصرف دارو تنظیم گردد.
۱۷. جدولی را در نظر بگیرید و مقادیر آزمایشی PT – INR خود را در آن ثبت نمایید. مثل نمونه زیر :

تاریخ	PT	INR	داروی مصرفی

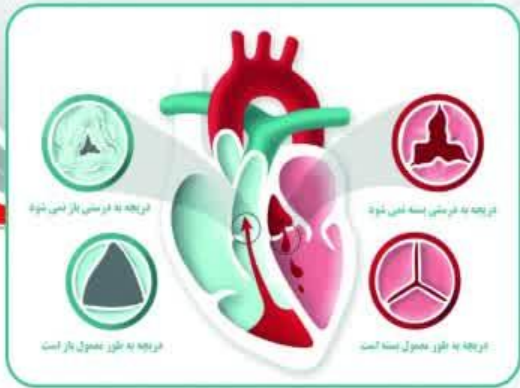
بیماری های دریچه های قلبی :

اختلال در کار دریچه های قلبی می تواند مادرزادی یا اکتسابی باشد. یک گلو درد درمان نشده دوران کودکی و کپهولت سن ، دو علت اصلی اختلالات اکتسابی هستند. اختلال دریچه ها می تواند بصورت تنگی مجرای عبوری آن و یا نارسایی (نشستی) دریچه در هنگام بسته شدن آن باشد.

اقدامات درمانی :

- ترمیم دریچه
 - تعویض دریچه
- ترمیم دریچه :** به دو روش بسته و یا جراحی باز امکان پذیر است.
- تعویض دریچه :** برش جراحی روی استخوان جناغ و یا از پهلوی قفسه سینه (بیشتر در اطفال) انجام می شود.
- در تعویض دریچه ، داروی وارفارین جهت رقیق کردن خون داده می شود و اثر آن با آزمایش PT – INR سنجیده می شود.
- نکات مراقبتی مهم در استفاده از وارفارین :**
۱. مواد غذایی مثل کلم، مارچوبه، پیاز، کاهو، اسفناج، شلغم، ماهی، جگر، قهوه، چای سبز بعلت غنی بودن از ویتامین K می تواند اثر دارو را کم کند.
 ۲. از مسواک نرم و نخ دندان مویی استفاده کنید.
 ۳. از ریش تراش برقی به جای تیغ استفاده کنید.
 ۴. مصرف وارفارین فقط باید با دستور پزشک معالج باشد
 ۵. این دارو نباید خود سرانه قطع شود .
 ۶. در صورت فراموش کردن مصرف یک نوبت دارو حتماً با پزشک خود تماس بگیرید.
 ۷. در صورت تجویز آنتی بیوتیک مصرف آن را تا آخرین نوبت ادامه دهید.
 ۸. در صورت استفاده همزمان هر داروی دیگر با وارفارین با پزشک معالج خود مشورت کنید.
 ۹. در صورت نیاز به هر گونه عمل جراحی و اقدامات دندانپزشکی پزشک معالج خود را از مصرف وارفارین مطلع نمایید.
 ۱۰. بیمار عزیز لطفاً در مورد جنس و نوع دریچه تان از پزشک جراح تان یا پرستار تان سوال کنید چون باتوجه به جنس و نوع دریچه که بافتی یا بیولوژیک ، فلزی یا مکانیکال باشد مدت زمان مصرف وارفارین فرق میکند.

راهنمای آموزشی و مراقبت از بیمارانی بعد عمل جراحی دریچه های قلبی و شکلی در مورد مصرف وارفارین



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی شهید آیت الله محلاتی تبریز مرکز پیشگیری و ارتقای سلامت



- سوزش مختصری یا سوزن سوزن شدن برش های جراحی طبیعی می باشد که علت آن آسیب به رشته های ریز عصبی می باشد.
- از آویزان کردن طولانی مدت پاها اجتناب کنید و به هنگام خواب، زیر پاها بالش بگذارید.
- تا حد امکان به پهلو نخوابید.

چند نکته دیگر :

- در تاریخ های معین به پزشک داخلی قلب و جراح خود مراجعه کنید و داروهای نسخه شده را طبق دستور پزشک مصرف نمایید.
- در صورت توصیه پزشک از دستگاه تمرین تنفسی ، طبق آموزش داده شده استفاده نمایید.
- علاوه بر این برگه ، کتابچه راهنمای استفاده از وارفارین جهت مطالعه شما داده شده است حتماً آن را نیز مطالعه نمایید.

در صورت بروز علائم ذیل با پزشک خود مشورت کنید :

تب ، تنگی نفس به هنگام استراحت یا در وضعیت خوابیده ، کم شدن حجم ادرار، التهاب یا ترشح چرکی از زخم ، خون در ادرار ، مدفوع قرمز روشن یا قیری سیاه ، خونریزی لثه با مسواک زدن ، خونریزی از بینی ، خلط خونی ، درد یا تورم شکمی یا کمری ، سر درد شدید ، غش و یا سر گیجه ، عدم کنترل فشار خون، درد های قلبی، یا درد غیر عادی به پزشک مراجعه نمایید.

آدرس: تبریز، میدان جهاد، کوی شهید محلاتی، بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی شهید محلاتی
تلفن: ۳۴۴۹۵۴۲۵ - ۴۱

گرد آوری : رقیه احمد پور سوپروایزر آموزش سلامت (کارشناس پرستاری)
با همکاری خانم فاطمه غلامی سرپرستار بخش ای سی یو جراحی قلب
تحت نظر : دکتر اسکندر نوری زاده : فوق تخصص جراح قلب
خانم دکتر هاله وظیفه شناس : متخصص بیهوشی و مراقبت های ویژه
منابع : مطالب روز اینترنت
کتاب مراقبت های داخلی و جراحی قلب و عروق (برونر سوارت)
تجربیات بالینی
تاریخ تهیه : ۱۳۹۶
تاریخ بازبینی : آذر ۱۴۰۲

مسافرت :

- در صورت امکان تا ده روز بعد از عمل در شهر عمل شده بمانید.
- تا دو ماه، شخصاً رانندگی نکنید.
- اگر از داروهای خواب آور استفاده می کنید از رانندگی خودداری کنید.
- مسافرت با هواپیما تا ۴ هفته ممنوع بوده و بعد از آن خدمه پرواز را از بیماری خود مطلع کنید.
- در مسافرت های طولانی با خودروی شخصی هر دو ساعت یک بار توقف نموده و از ماشین پیاده شوید و کمی راه بروید و در صورت استفاده از وسایل نقلیه عمومی و یا هواپیما بین صندلی ها بایستید یا راه بروید.

استحمام :

- یک روز در میان با کمک یک نفر همراه ، بر روی صندلی نشسته و حمام کنید.
- مدت زمان حمام کردن بیشتر از ده دقیقه طول نکشد.
- از آب خیلی گرم یا خیلی سرد استفاده نکنید.
- استفاده از وان، سونا، جکوزی توصیه نمی شود.
- برای شستن زخم ها از کف صابون بچه یا شامپو بچه استفاده کنید.
- مراقب سطوح لیز حمام باشید و حتماً از صندلی در داخل حمام استفاده کنید.

مراقبت از زخم سینه :

- قبل از ترخیص در مورد براشتن بخیه ها از پزشک خود سوال کنید. (لازم به ذکر است که بسیاری از بخیه ها قابل جذب می باشند).
- پوست اطراف محل جراحی (سینه) را روزانه از نظر تورم، قرمزی و یا ترشح بررسی کنید و در صورت وجود علائم ذکر شده با بیمارستان یا پزشک خود تماس بگیرید.
- در صورت توصیه پزشک از استرنال ساپورت (حمایت کننده قفسه سینه) را تا دو ماه به هنگام نشستن و یا راه رفتن استفاده کنید.
- برای سرفه کردن، دست های خود را به حالت ضربدری روی شانه جمع کنید.