

لازم است بیمار را پس از ترخیص از بیمارستان برای انجام فعالیت های عادی تشویق نمایید و جهت مدیریت راه هوایی در منزل به توصیه های زیر توجه کنید:

احساس درد و ناراحتی در هفته ی اول بعد از تراکتوستومی طبیعی است.

بعد از عمل شروع تغذیه با لوله بینی-مده ای صورت میگیرد و سپس با دستور پزشک تغذیه با مایعات از طریق دهان شروع میشود و به تدریج غذاهای جامد برحسب تحمل بیمار در برنامه ی غذایی گنجانده میشود

*از مصرف غذاهای زیاد شیرین که باعث ترشح بزاق و تضعیف قدرت چشایی میشود خودداری شود.

*لازم است بیمار در وضعیت نشسته (سر بیمار ۳۰-۴۰ درجه) بالا باشد.

*در صورت هوشیار بودن بیمار به سرفه های مکرر تشویق شود. زیرا با هر سرفه مقدار زیادی خلط از دهانه ی تراک خارج میشود.

*ایجاد رطوبت کافی در محیط اهمیت زیادی دارد و میتوان از دستگاه بخور رطوبت کافی را ایجاد کرد.

*فیزیوتراپی تنفسی شامل ماساژ پشت، ایجاد لرزش و کوبش و سرفه به تخلیه ترشحات و باز شدن بافت ریه کمک کرده و توانایی استفاده از ماهیچه های تنفسی را افزایش میدهد و سبب پیشگیری از روی هم خوابیدن ریه ها و کاهش عفونت میشود لازم است روزانه چندین بار این عمل انجام شود.

*در صورت استفاده از روش های استریل در طی ساکشن کردن یا دستکاری شانس عفونت کم میشود.

جهت پیشگیری از عفونت بهتر است لوله های تراک هر ۵ تا ۷ روز تعویض شود.

*لوله ی داخلی تراک لازم است هر زمان که پر شد تخلیه شده و شستشو داده شود.

_همواره محل استوما را خشک نگه دارید.

_از محلول نرمال سالین جهت شستشوی اطراف تراک استفاده کنید و توسط پانسمان خشک پوشانده شود.

_در صورت غلیظ بودن ترشحات افزایش ترشحات مایعات و استفاده از رطوبت سرد جهت رقیق شدن ترشحات استفاده شود.

_توصیه میشود مرتب دهان خود را با آب گرم یا دهانشویه بشوید و دندانهای خود را مسواک بزنند.

_از ارتباط بیمار با افراد مبتلا به سرماخوردگی یا عفونت های تنفسی بپرهیزد.

_در صورت آلوده شدن بند تراک به ترشحات با رعایت اصول ایمنی آن را تعویض کنید.

_حین استراحت احیانا پتو یا ملحفه روی تراک را مسدود نکند.

پزشک ممکن است داروهای مسکن و آنتی بیوتیک برای به حداقل رساندن خطر عفونت و کاهش درد برای بیمار تجویز کند.

_مراقب باشید محل استراحت بیمار عاری از گرد و خاک باشد.

در صورت وجود پشه و مگس از پشه بند و یا توری برای جلوگیری از ورود حشرات به تراک استفاده کنید
_از تماس با ذرات و مواد پودری که میتوانند وارد استوما شوند اجتناب کنید.

بعد از عمل فعالیت شدید برای مدت ۶ هفته محدود میشود.

افرادی که تراک دائم دارند از انجام شنا خودداری کرده و به هنگام حمام کردن از ورود آب به داخل لوله جلوگیری کنید.

_در این بیماران صحبت کردن بدون صدا میباشد و شما میتوانید با لب خوانی یا نوشتن مطالب با وی ارتباط برقرار کنید.

_توصیه میشود حین خروج از منزل از یک روسری شل برای پوشش گردن استفاده شود.

هرگونه تغییر در تنفس بیمار شامل:

تنفس مشکل-تحریک پذیری-سیاه شدن پوست و لب ها-افزایش تعداد تنفس- استفاده از عضلات شکم در تنفس و شک به انسداد راه هوایی لازم است سریعاً به پزشک مراجعه کنید.

*مراقب علایم اولیه ی عفونت باشید و در صورت مشاهده ی هر کدام از موارد زیر به پزشک مراجعه کنید:

-تب -افزایش ضربان قلب

-افزایش ترشح چرکی و بوی بد ترشحات

-حساسیت و قرمزی محل

-در صورت احساس خروج لوله تراک

-مشکل تنفسی در صورتی که با استفاده از روش معمول پاکسازی تنفسی برطرف نشود.

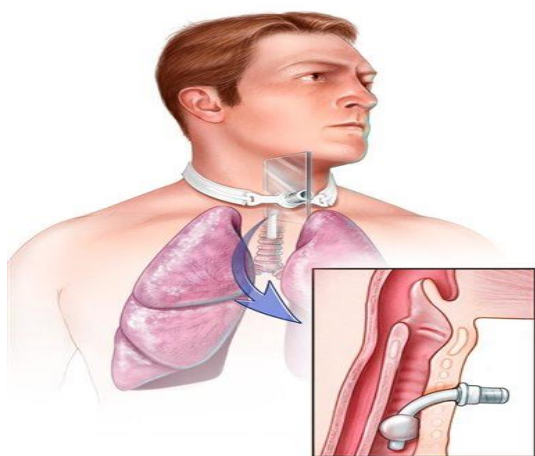
-در صورت افزایش درد و ناراحتی

-ماهیهانه جهت معاینات دوره ای مراجعه کند.

بیمارستان سیدالشهداء(ع) سمیرم

مراقبت از تراکئوستومی در

منزل



تهیه کننده: منیره درخشان

زمستان ۱۴۰۱

کد پمفلت: PAL-ICU-12-0001