

	عنوان :	
دانشگاه علوم پزشکی کرمان	تروما به شکم	بیمارستان قائم(عج)
پروفسور		
تاریخ بازنگری: پاییز 1403	واحد آموزش سلامت	
شماره تماس واحد: 03433525542		
منبع: روشهای پرستاری اورژانس	ترجمه علی نیا	



تروما به شکم

فعالیت :

- درحین بستری انگشتان و مچ پاهای سالم را حرکت دهید تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود
- در صورت اجازه پزشک برای خارج شدن از تخت ابتدا در تخت نشسته سپس پاهای خود را از لبه ی تخت آویزان کنید در صورت نداشتن سرگیجه با کمک همراهی از تخت خارج شوید
- سعی کنید هر چه سریعتر از بستر خارج و فعالیت خود را شروع کنید تا از ایجاد لخته جلوگیری شود
- فعالیت باید به تدریج افزایش یابد تا از خستگی جلوگیری شود

مراقبتها :

- ممکن است یک لوله متصل به مخزن جهت خروج ترشحات در ناحیه عمل شما گذاشته شود از کشیدن و دست کاری لوله خود داری کنید
- در صورت داشتن درد ،خونریزی از محل عمل و خیس شدن بانسمان به پرستار خود اطلاع دهید
- تنفس عمیق و سرفه به خروج ترشحات راه هوایی شما کمک می کند و از بروز مشکلات تنفسی جلوگیری می شود لذا فیزیو تراپی با کمک دستگاه (اسپرومتری) یا باد کردن

تروما شکمی : هر نوع جراحت و ضربه به ناحیه شکم گفته می شود
این تروما می تواند نافذ یا غیر نافذ باشد در هر دو نوع ممکن است ایجاد آسیب به اندامهای درون حفره شکمی را داشته باشد

کبد و طحال در ترما به شکم، بیشترین خطر آسیب دیدگی و خونریزی را دارند

ضربه به شکم ،خطر از دست رفتن خون و نیز عفونت داخلی را ممکن است بدنپال داشته باشد

علائم یا تظاهرات :

*درد شکم *سفتی و حساس شدن شکم

*کیودی سطح خارجی شکم

در بیمار هوشیار و بیدار ،معاینات فیزیکی جهت پیش بینی وجود آسیب شکمی ،قابل اعتماد ترین روش است . علاوه بر درد، بیمار ممکن است با خونریزی در مقعد ،علائم حیاتی ناپایدار ،حساسیت به لمس ،سفتی شکم داشته باشد

سونوگرافی یا سی تی اسکن می تواند به تشخیص کمک کند .

برای جلوگیری از آسیب دیدگی شکم نکات زیر باید رعایت شود

- بستن کمربند ایمنی

بادکنک روزی 15 الی 6 بار پس از عمل در صورت صلاحدید

پزشک شما لازم است

- داروهای خود را طبق تجویز پزشک و در فواصل منظم مصرف کنید
- در صورتیکه سابقه بیماری،سابقه حساسیت دارویی یا غذایی دارید به پرستار و پزشک معالج خود اطلاع دهید
- از مصرف سیگار و مواد مخدر و الکل خودداری کنید
- در صورتیکه طحال شما برداشته شده است در معرض ابتلا به عفونتهای مختلف هستید پس بیشتر مراقب سلامتی خود باشید و از تماس با افراد مبتلا به بیماریهای عفونی تب دار اجتناب کنید

- گاهی طبق صلاحدید پزشک معالج جهت کنترل درد از کمپرس استفاده کنید (در 24 ساعت اول کمپرس سرد سپس کمپرس گرم)

- گاهی در بیمار اینکه دچاراتساع حاد شکمی هستند گذاشتن لوله معده ضروری است و هنگامی این لوله خارج میشود که علائم برگشت حرکات طبیعی دستگاه گوارش وجود داشته باشد .

- در بیماران با سطح هوشیاری بسیار کم برای جلوگیری از آسپیراسیون در اثر استفراغ احتمالی ،گذاشتن لوله معده ضروری است بعد از خارج کردن لوله معده ابتدا برای او رژیم

- اجتناب از حواس پرتی در حین رانندگی مانند خوردن ،پیام دادن واستفاده از تلفن همراه
- عدم رانندگی در حالت مستی
- رعایت سرعت مناسب در رانندگی

رژیم غذایی :

*برای تسریع التیام زخم جراحی ،رژیم غذایی پر پروتئین و پر کالری مصرف کنید

*غذاهایی که حاوی فیبر کمی هستند میل کنید مانند نان سفید ،برنج سفید و آب میوه و سبزی های صاف شده چون این مواد غذایی راحتتر از روده عبور می کنند

*مصرف سبزیجات و مرکبات و آب میوه های طبیعی که حاوی ویتامین C هستندبه بهبود زخم شماکمک می کند

*تا زمانی که به حالت عادی برگردید از خوردن غذاهای سنگین و نفاخ خودداری کنید

*همچنین از مصرف غذاهای سرخ شده یا چرب، لبنیات چرب ، الکل و غذاهای پر ادویه خودداری کنید

*میزان نیاز بدن به ویتامین A در تروما به 2 برابر افزایش می یابد

مایعات ترجیحا مایعات صاف شده شروع شده و سپس رژیم

غذایی نرم و معمولی در حد تحمل بیمار شروع می گردد

مراقبتهای قبل و بعد از عمل :

به دلیل امکان تهوع و استفراغ بعد از عمل و برگشت محتویات معده به ریه ها بطور معمول 8 تا 12 ساعت قبل از عمل نباید چیزی از راه دهان خورده شود و پس از عمل تا زمانی که پزشک صلاح بداند بیمار نباید چیزی بخورد

علائم هشدار :

در صورت داشتن علائم زیر به پزشک معالج خود یا بیمارستان

مراجعه کنید :

- افزایش درد
- حالت تهوع و استفراغ
- خونریزی جدید در ادرار یا مدفوع
- کاهش سطح هوشیاری
- گیجی و ضعف و بیحالی