



تومور نخاع



آنچه بیمار بایستی بداند:

تومور نخاع عبارت است از رشد یک توده غیر طبیعی در داخل یا اطراف طناب نخاعی که امکان دارد خوش خیم یا بد خیم باشد.

علل تومور نخاع: سابقه خانوادگی - افزایش سن - ژنتیک - قرار گرفتن در معرض مواد شیمیایی - قرار گرفتن در معرض تشعشع

علائم تومور نخاع: کمردرد غیر حرکتی خصوصا در میانه یا پایین کمر - انتشار درد تا پشت و لگن، پاها یا بازوها - از دست دادن حس یا ضعف عضله در پاها، دست ها یا سینه - مشکل در راه رفتن که موجب زمین خوردن فرد می شود - کاهش حساسیت به درد و سرما و گرما - از دست دادن کنترل و عملکرد روده یا مثانه - فلجی با درجات مختلف - تغییر شکل در ستون فقرات - درد به هنگام ایستادن

عوارض تومور نخاع: فشردن اعصاب نخاع، از دست دادن بینایی، فلج شدن بخشی از بدن، بی اختیاری ادرار یا مدفوع یا هر دو، عفونت، مرگ

درمان تومور نخاع: جراحی - شیمی درمانی - رادیوتراپی - فیزیوتراپی - کار درمانی

اقدامات قبل از عمل:

- ✓ ناحیه ای از ستون فقرات که قرار است تحت عمل جراحی قرار بگیرد در اتاق عمل شیو و ضد عفونی می شود.
- ✓ قبل از عمل ممکن است برای دفع ادرار، سونداژ ادراری شوید.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل زیور آلات و اجسام فلزی و دندان مصنوعی را خارج نمایید. لباس های خود را خارج کرده و لباس اتاق عمل بپوشید.
- ✓ در صورت داشتن سابقه بیماری یا مصرف داروی خاص و سابقه حساسیت به پزشک خود اطلاع دهید.

اقدامات بعد عمل:

- ❖ زیر سر ۳۰ درجه بالا باشد.
- ❖ زمان بهبودی ممکن است ۳ ماه تا ۱ سال به طول بیانجامد.
- ❖ ممکن است در ناحیه عمل جهت خروج خون یک یا چند لوله به نام درن متصل است. این لوله ها را دست نزنید و دولا نشوند. مواظب باشید کشیده نشوند. بهتر است این لوله ها خلا نباشد و همسطح سر قرار گیرند.
- ❖ بعد از عمل قدرت اندام و حس اندام شما جهت ارزیابی وضعیت سیستم عصبی مدام بررسی می شود.
- ❖ تا ۲۴ ساعت بعد عمل اجازه مصرف مواد غذایی ندارید. بعد از ۲۴ ساعت با اجازه پزشک می بایست رژیم غذایی را شروع نمایید. ابتدا از مایعات به میزان کم شروع نموده و در صورت تحمل مقدار آن را زیاد و سپس به غذای جامد تبدیل نمایید.
- ❖ ممکن است نتوانید تعادل خود را حین راه رفتن حفظ نمایید پس به تنهایی اقدام به راه رفتن نکنید.

مراقبت از زخم:

- ✚ معمولا تعویض پانسمان به صورت روزانه است. می بایست دستان خود را با آب و صابون شسته و ضد عفونی نمایید. سپس با بتادین و سرم شستشو زخم را تمیز و ضد عفونی نمایید. سپس پانسمان نمایید.
- ✚ هیچ ماده ای روی زخم نزنید. روز زخم خود نخوابید.
- ✚ بعد از اجازه پزشک ۳-۵ روز بعد از عمل می توانید استحمام نمایید. بلافاصله بعد از حمام زخم را خشک و ضد عفونی و پانسمان نمایید. تا ۲ هفته اجازه شنا ندارید.
- ✚ بخیه ها یا گیره های زخم به طور کامل در مدت ۷-۱۴ روز بعد از عمل با اجازه پزشک خارج می شود.
- ✚ در صورت ترشح غیر طبیعی و خیس شدن پانسمان و یا تورم و تجمع غیر طبیعی در محل عمل به پزشک خود اطلاع دهید.





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان رضوی

بیمارستان شهید کامیاب

تومور نخاع

تغذیه:

- ✓ ممکن است به دلیل بی حرکتی دچار یبوست شوید. جهت جلوگیری از آن می بایست روزانه ۸-۱۲ لیوان مایعات مصرف نمایید.
- ✓ کاهش حرکات گوارشی و عدم تحرک کافی منجر به یبوست و بی اشتها می شود. مصرف رژیم غذایی با فیبر زیاد، نان سبوس دار گندم، نان جو، میوه جات، انجیر، سیب با پوست، آلو بخارا، گلابی، انبه، پرتقال، توت فرنگی، توت سیاه، کیوی و کشمش می تواند سیستم گوارشی را تحریک کرده و از ایجاد یبوست و نفخ جلوگیری و به بهبود اشتها کمک کند.
- ✓ در رژیم غذایی خود مرکبات و ویتامین سی را قرار دهید. به بهبود محل زخم کمک می نماید.
- ✓ از یک رژیم غذایی سالم و کم چرب پیروی نمایید. از مصرف الکل و نوشیدنی های کافئین دار و دخانیات خودداری نمایید.

فعالیت:

- بعد از اجازه پزشک می توانید به فعالیت های روزانه زندگی بپردازید.
- از فعالیت های بدنی بیش از حد و انجام فعالیت های سنگین اجتناب نمایید.
- از انجام ورزش های سنگین مانند کوهنوردی، غواصی و وزنه برداری اجتناب نمایید. اجسام سنگین تر از ۸ کیلو گرم را بلند نکنید.
- تا زمانی که پزشک اجازه نداده است نباید رانندگی نمایید. معمولاً ۲-۴ هفته بعد از عمل با اجازه پزشک می توانید رانندگی نمایید.
- بهتر است تا ۱-۱.۵ ماه بعد عمل فعالیت جنسی نداشته باشید.
- بعد از اجازه پزشک به کمک واکر و ویلچر و همراهان لازم است در طول روز چندین مرتبه از بستر خارج شده و تحرک داشته باشید.
- برنامه های فیزیوتراپی و کار درمانی خود را جهت بهبود عملکرد فردی دنبال نمایید.
- در صورت توانایی از توالت فرنگی برای کاهش فشار به ستون فقرات استفاده نمایید.
- بیمار جهت خروج از تخت ابتدا باید به یک پهلو برگردد سپس با فشار دادن کف دست ها بر تخت در وضعیت نشسته قرار گیرد. در همین زمان پاهای بیمار از روی تخت پایین آورده و چند دقیقه صبر می نمایید. در صورت عدم مشکل به صندلی کنار تخت منتقل شده و مجدد چند دقیقه صبر نمایید. سپس در صورت نبود مشکل اقدام به راه رفتن می نمایید.

سایر مراقبت ها:

- ✓ ممکن است احساس خستگی بیشتری نمایید. این خستگی به تدریج و به مرور زمان از بین می رود. در طول روز و بین فعالیت ها دوره های استراحت را در نظر بگیرید.
 - ✓ جهت پیشگیری از بروز عفونت ریه به دلیل داروهای بیهوشی و بی حرکتی بهتر است در طول روز چندین مرتبه سرفه موثر و تنفس عمیق داشته باشید.
 - ✓ جهت پیشگیری از لخته شدن خون در پاها بهتر است در طول روز چندین مرتبه پاها را ماساژ داده و عضلات را شل و منقبض نمایید.
 - ✓ جوارب های ضد امبولی ممکن است تا ۲ هفته بعد از عمل استفاده شوند ولی بیماران فاقد حرکت ممکن است مدت طولانی تری استفاده شود. در صورت استفاده باید دقت شود که اندازه جوارب ها دقیقاً متناسب با پا باشد و جوارب ها بدون تا خوردگی و چروکیدگی پوشیده شود. جوارب ها را هر ۳ ساعت خارج و ۳ ساعت بپوشد و تکرار نماید.
 - ✓ جهت پیشگیری از بروز زخم بستر می بایست هر دو ساعت تغییر وضعیت داشته باشید. پوست را به طور مداوم از نظر بروز زخم بستر بررسی نمایید. بهتر است از تشک مواج برای بیمار استفاده شود.
- در صورت بروز علائم زیر بلافاصله به پزشک مراجعه نمایید: کاهش حرکت یا حس اندام- سردی یا کبود شدن اندام- سوزن سوزن شدن و درد در ناحیه جراحی- اشکال در ایستادن- سردرد مداوم و شدید- خروج ترشحات روشن یا خونی از ناحیه برش عمل جراحی
- جهت پیگیری و سوالات خود می توانید با کلینیک پرستاری خود مراقبتی به شماره ۰۵۱۳۸۰۲۶۱۵۹ تماس حاصل نمایید.

سایت بیمارستان : <http://h-kamyab.mums.ac.ir>

با اسکن بارکد، از مطالب آموزشی سایت بیمارستان استفاده نمایید.



کد پمفلت: NEU/8/5

سال تهیه: ۱۴۰۱

گروه هدف: بیماران

بازنگری: ۱۴۰۴