



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان رضوی

بیمارستان شهید کامیاب

## تومور استخوان



آنچه بیمار بایستی بداند:

**تومور استخوان:** تومور استخوان زمانی رخ می دهد که سلول استخوانی به طور غیر قابل کنترلی تقسیم می شوند و یک توده یا ضایعه ای بافتی غیر طبیعی را تشکیل می دهند. انواع خوش خیم و بدخیم را شامل می شود.

**علل تومور استخوان:** قرار گرفتن در معرض اشعه ، ژنتیک، وجود سرطان در نواحی دیگر بدن، علل ناشناخته

**علائم تومور استخوان:**

۱. شایعترین علامت آن درد شدید می باشد که در حالت استراحت و شب ها تخفیفی نمی یابد و ممکن است شدید شود و با گذشت زمان دایمی می شود.
۲. تورم که ممکن است قابل لمس و مشاهده باشد یا قابل لمس نباشد و فشار روی ارگان های مجاور داشته باشد.
۳. گرمی پوست و برجسته شدن عروق سطحی
۴. شکستگی های بدون علت ناشی از ضعیف شدن استخوان
۵. تب، ضعف، خستگی، کم خونی، کاهش اشتها، کاهش وزن

**درمان تومور استخوان:** درمان حمایتی - دارو - استراحت - فیزیوتراپی - جراحی - شیمی درمانی - رادیوتراپی

- اگر تومور شما خوش خیم است پزشک شما ممکن است تنها مراقبت از نزدیک را برای دیدن تغییرات توصیه نماید. گاهی برخی از تومور های خوش خیم می توانند با دارو به خوبی درمان شوند.
- اگر تومور شما از نوع بدخیم باشد تیمی از تخصص های مختلف با هم کار می کنند که هدف همه آن ها درمان سرطان و حفظ عملکرد هر عضو تحت تاثیر سرطان می باشد.
- رادیوتراپی : از اشعه ایکس با دوز بالا برای کشتن سلول های سرطانی و کوچک کردن تومور استفاده می شود.
- شیمی درمانی برای کشتن سلول های تومور زمانی که به درون جریان خون راه یافته اند ولی هنوز نمی توان آن ها را با استفاده از اسکن و آزمایش پیدا کرد استفاده می شود.
- جراحی

**اقدامات قبل از عمل:**

- ✓ ۱۲ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید.
- ✓ ناحیه ای 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.
- ✓ کلیه 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:**

- ❖ 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 باشد و پایین تر از سطح بدن بیمار قرار گیرند.
- ❖ 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 جهت خروج راحت تر ادرار سوند ادراری داشته باشید. توجه داشته باشید کیسه سوند پایین تخت باشد. مسیر لوله تا نشود و کیسه سوند روی زمین یا روی تخت قرار نداشته باشد.
- ❖ ممکن است به دلیل داروی بیهوشی نتوانید تعادل خود را حین راه رفتن حفظ نمایید پس به تنهایی راه نروید.





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان رضوی

بیمارستان شهید کامیاب

## تومور استخوان



### مراقبت از زخم:

- ✚ معمولاً 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.
- ✚ 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. استفاده از وان و استخر تا ۶ هفته ممنوع می باشد.
- ✚ بخیه ها یا گیره های زخم به طور کامل در مدت ۷-۱۴ روز بعد از عمل با اجازه پزشک خارج می شود.

### تغذیه:

- ✓ روزانه ۸-۱۲ لیوان مایعات مصرف نمایید و در رژیم غذایی خود میوه و سبزی و مرکبات قرار دهید. گلابی و الو و کیوی به رفع یبوست 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.
- ✓ ممکن است به دلیل شیمی درمانی یا پرتو درمانی تهوع و استفراغ داشته باشید. مواد غذایی به مقدار کم و دفعات زیاد استفاده نمایید. زمانی که بیشترین اشتها را دارید غذا میل نمایید.

### فعالیت:

- بعد از اجازه پزشک می توانید به فعالیت های روزانه زندگی بپردازید.
- پس از دوره استراحت برنامه توانبخشی تدریجی بیمار شروع می شود که هدف آن بازیابی قدرت و حرکت کامل اندام ها است.
- تمرینات فیزیوتراپی و کار درمانی را طبق دستور پزشک جهت بهبود عملکرد انجام دهید.

### سایر مراقبت ها:

- ✓ حداقل ۲-۳ ماه بعد از عمل بیمار به طور کامل به وضعیت قبل از خود بر می گردد.
- ✓ ممکن نیاز به آتل حمایتی داشته باشید. توجه داشته باشید سایز آن مناسب باشد. بزرگ بودن آن اندام را درست حمایت نمی کند و کوچک بودن آن سبب زخم و تورم انگشتان می شود. در صورت داشتن آتل حتما زیر آن لباس نخی بپوشید تا تعریق باعث آسیب پوست نگردد.
- ✓ در صورت داشتن آتل می توان فقط زمانی که در بستر در حال استراحت هستید و حرکتی ندارید آن را باز نمایید. در صورت داشتن آتل حین هر فعالیتی بایستی حتما بسته باشد. اگر از آتل گچی استفاده می کنید در صورت بروز خارش و تاول و قرمزی در زیر آن بلافاصله به پزشک مراجعه نمایید.
- ✓ برای کاهش درد می توانید تکه ای یخ را داخل پلاستیک قرار داده و در حوله یا پارچه ضخیم قرار داده و هر ساعت ۱۵ دقیقه روی اندام قرار دهید. بعد از ۲-۳ روز می توانید از کمپرس گرم استفاده نمایید.
- ✓ جهت جلوگیری از عفونت ریه ناشی از بیهوشی و بی حرکتی حتما در طول روز چندین بار تنفس عمیق و سرفه موثر داشته باشید.
- ✓ جهت جلوگیری از لخته شدن خون در اندام ها، به طور مداوم اندام ها را حرکت داده و منقبض و شل نمایید. هر ساعت چند نوبت اندام ها را ماساژ دهید.
- ✓ 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.
- ✓ قبل از اتمام داروها و در تاریخ معین به پزشک خود مراجعه داشته باشید.

### در صورت بروز علائم زیر بلافاصله به پزشک مراجعه نمایید:

ترشح از محل عمل، تب، قرمزی زخم، تورم و سفت شدن محل عمل، بی حسی و رنگ پریدگی یا کبودی پیشرونده انگشتان عضو، درد شدید 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/>

جهت استفاده از مطالب سایت بیمارستان، بارکد را اسکن نمایید.



|                   |                |
|-------------------|----------------|
| کد پمفلت: or/17/1 | سال تهیه: 1401 |
| گروه هدف: بیماران | بازنگری: 1404  |

