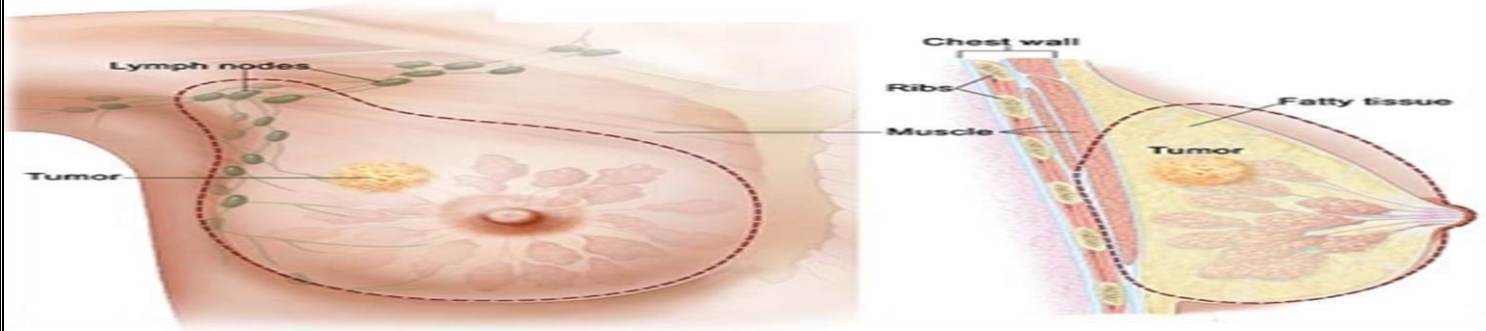


توده سینه



راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین بستری

مرکز آموزشی درمانی افضلی پور

دانشگاه علوم پزشکی کرمان



توده پستان

♦♦ درمان

✓ درمان توده های پستان بسته به نوع خوش خیم بودن یا بدخیم بودن متفاوت است. گاهی توصیه میشود توده ها با جراحی خارج و با توجه به نوع توده با نظر پزشک شیمی درمانی یا رادیوتراپی شروع شود. پزشک بعضی از کیست ها و توده ها را با سوزن تخلیه میکند که نهایتاً باعث میشود توده از بین برود ولی اگر توده پس از تخلیه کردن، به طور کامل از بین نرفت از آن نمونه گیری میشود تا تحت بررسی قرار گیرد و جهت درمان های بعدی تصمیم گیری شود.

♦♦ رژیم غذایی

✓ برای شما برنامه غذایی مناسب، متعادل و متنوع با هدف تأمین نیاز روزانه به انرژی و مواد مغذی توسط کارشناس تغذیه تنظیم میگردد به گونه ای که در آن از تمام گروه های اصلی غذایی در وعده ها استفاده شود.

✓ جهت پیشگیری از کاهش وزن و لاغری مفرط مخصوصاً در کسانی که با مشکل بی اشتها یا روبرو هستند بهتر است تعداد وعده های غذایی به 6 تا 8 وعده در روز افزایش یابد و در هر وعده، در حجم کم از غذاهای مقوی و مغذی استفاده شود.

✓اگر تهوع و استفراغ دارید از خوردن هر نوع خوراکی خودداری کنید و به پرستار خود اطلاع دهید تا طبق نظر پزشک دارو و سرم شروع شود.

❖ فعالیت

✓برای خارج شدن پس از اجازه پزشک از تخت ابتدا لبه تخت نشسته و پاهای خود را از لبه تخت آویزان کنید. در صورت نداشتن سرگیجه و تاری دید و ... میتوانید از تخت خارج شوید. دقت کنید حتما پرستار بخش را در زمان خارج شدن از تخت مطلع فرمایید تا در کنار شما باشد.

❖ مراقبت

- ✓از دستکاری سرم ها و رابط های متصل به خود خودداری کنید .
- ✓داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار برای شما اجرا خواهد شد.
- ✓با تیم مراقبتی در زمان انجام اقدامات تشخیصی و درمانی همکاری نمایید. بررسیهای تشخیصی توده پستان عبارتند از: ماموگرافی، سونوگرافی و نیز اقدامات تشخیصی مثل نمونه برداری از توده.
- ✓در صورتی که لوله ای در محل جراحی جهت خروج ترشحات (هموواگ) وصل شده است مواظب باشید تا تا نخورد یا زیر بدن شما قرار نگیرد. مخزن این لوله باید پایین تر از سطح بدن شما باشد تا ترشحات براحتی از زخم خارج شود. در صورتی که این مخزن پر شده است به پرستار خود اطلاع دهید.
- ✓در صورت جراحی و مشاهده خونریزی از محل جراحی و یا خیس شدن پانسمان به پرستار خود اطلاع دهید.
- ✓مواظب باشید در زمان خواب و استراحت برانول یا لوله سرم از دست شما خارج نشود
- ✓ممکن است روزانه از شما خونگیری شود.
- ✓از خوردن خودسرانه داروها و بدون اجازه پزشک خودداری نمایید.
- ✓در مورد انتخاب روش های درمانی با پزشک مشورت نمایید.
- ✓پانسمان محل جراحی طبق دستور پزشک و در زمان های مشخص تعویض خواهد شد.

تهیه شده در واحد آموزش سلامت بیمارستان افضل پور کرمان. بهار 1403

034 31328143