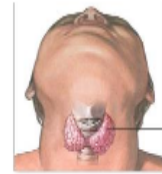


غده تیروئید چیست؟

غده تیروئید عضوی پروانه ای شکل است که در قسمت پایین گردن و جلوی نای قرار دارد. کار این غده ساخت، ذخیره و ترشح هورمونی بنام تیروکسین است که در سوخت و ساز بدن شرکت می کند. در بعضی بیماریها برداشتن تیروئید ضرورت پیدا می کند، مثل پرکاری تیروئید که با دارو کنترل نمی شود و سرطان تیروئید.



پرکاری تیروئید

علائم پرکاری تیروئید شامل لرزش دستها، عرق کردن زیاد، عدم تحمل گرما، افزایش تعداد نبض، افزایش اشتها، کمبود وزن، اسهال، بیرون زدگی چشم ها و بزرگ شدن غده تیروئید می باشد.

سرطان تیروئید

تومورهای بدخیم تیروئید نادرند و اغلب در بیمارانی که اشعه زیادی در ناحیه سرو گردن در زمان کودکی دریافت کرده اند دیده می شود. علائم شامل وجود یک توده سفت و سخت در ناحیه گردن و اختلال در تنفس و بلع می باشند.

تشخیص

معمولاً با علائم ظاهری تشخیص داده می شود، روش های تشخیصی دیگر شامل آزمایشات عملکرد تیروئید، سونوگرافی، ام آر ای، سی تی اسکن و نمونه برداری از غده تیروئید می باشند.

درمان به روش جراحی

دو نوع عمل جراحی وجود دارد:

✪ برداشتن کامل غده تیروئید

زمانی که بیمار دچار سرطان های پیشرفته و با پرکاری شدید (گواترسمی) شده باشد، انجام می شود. بعد از این عمل بیمار برای همیشه باید از داروهای هورمونی تیروئید (لوتیروکسین) استفاده کند.

✪ برداشتن قسمتی از غده تیروئید

در این عمل قسمت های خاصی از غده تیروئید برداشته می شود که هدف کاهش اندازه غده تیروئید است و جهت درمان پرکاری تیروئید بکار می رود.



مراقبت های قبل از عمل

- در صورت مصرف سیگار، کشیدن آنرا قبل از عمل متوقف کنید زیرا سیگار نکشیدن زمان لازم برای بهبودی را کاهش می دهد.
- اگر داروهای خاصی مصرف می کنید، پزشک خود را در جریان بگذارید و در صورت استفاده از داروهای ضد انعقاد مثل آسپرین، پلاویکس و وارفارین باید یک هفته قبل از عمل قطع شوند.
- شب قبل از عمل یک وعده غذایی سبک میل کنید و از نیمه شب چیزی نخورید.
- قبل از عمل نحوه انجام تنفس عمیق را یاد بگیرید و تمرین کنید تا بعد از عمل بتوانید براحتی آن را انجام دهید.
- مراحل انجام تنفس عمیق به ترتیب زیر می باشد:
 - در وضعیت نیمه نشسته در تخت قرار بگیرید.

- یک نفس عمیق با بینی بکشید.

- برای مدت ۳ ثانیه نفس خود را نگه دارید.

- در مرحله آخر لب های خور را بصورت غنچه در آورید و نفس خود را از طریق لب ها بیرون دهید.

- این کار را ده بار در ساعت انجام دهید.

- قبل از عمل جواهرات، دندان مصنوعی در آورده شود، لاک و آرایشات تمیز شود.

مراقبت های بعد از عمل

- از استرس و ناراحتی و نگرانی بی مورد دوری کنید.
- بعد از عمل تا زمانیکه دکتر با پرستار به شما نگفته اند، غذا نخورید و پس از شروع غذا در چند روز اول، باید غذاهای نرم مثل سوپ بخورید.
- در محل عمل می توانید از کیسه آب یخ برای کاهش تورم استفاده کنید.
- در صورت بروز خونریزی در محل زخم به پزشک اطلاع داده شود.
- بعد از عمل سیگار نکشید چون باعث ایجاد مشکلات تنفسی می شود. و امکان عفونت ریه را بالا می برد.
- در هنگام غذا خوردن و بعد از آن در وضعیت نیمه نشسته قرار بگیرید.
- برای افزایش سرعت بهبود زخم از غذاهای پر پروتئین مانند مرغ، ماهی، گوشت، شیر و تخم مرغ استفاده کنید.
- از مصرف مواد تحریک کننده مانند الکل، کافئین و نوشابه های الکلی اجتناب کنید.
- در حالت نیمه نشسته استراحت کنید تا وضعیت تنفس راحتی داشته باشید.
- در اولین فرصت می توانید از تخت پایین بیایید و راه بروید.



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان سیدالشهدا (ع)

واحد آموزشی به بیمار

غده تیروئید



غده تیروئید

PT-HO-35

گرد آورنده

سرکار خانم آزاده خسروانیان

سال 1399

• در روزهای اول بعد از عمل از چرخش ناگهانی و شدید سرخودداری کنید.

• در صورت بروز تب، درد و تورم، قرمزی شدید و خارش زیاد در ناحیه عمل به پزشک خود مراجعه کنید.

• در صورت خشکی و سفتی گردن از حمام آب گرم ۲۰-۱۵ دقیقه، چند بار در روز استفاده کنید.

• در صورت داشتن مشکلات تنفسی پزشک خود را در جریان بگذارید.

• یک هفته بعد از عمل می توانید رانندگی کنید. در صورتیکه حالت گیجی نداشته باشید و قادر به حرکت سر نیز باشید.

• اگر از ناحیه عمل شما نمونه برداری شده است جواب آزمایش خود را بگیری کنید و سر وقت تعیین شده به پزشک مراجعه کنید.

• بدون اجازه پزشک هیچ دارویی مصرف نکنید.

عوارض بعد از عمل

عوارض بعد از عمل عبارتند از:

▲ خونریزی و عفونت

▲ آسیب به غده پاراتیروئید؛ آسیب به غده پاراتیروئید باعث کاهش کلسیم خون و در نتیجه گرفتگی شدید عضلانی (تتانی) و مشکلات تنفس می شود که نادر می باشد و معمولاً بلافاصله بعد از عمل اتفاق می افتد و اغلب موقتی است.

▲ آسیب به تارهای صوتی؛ که منجر به خشونت صدا می شود.

منبع:

1. Smeltzer, S. and Bar, B. Brunner & Suddarth's Text book of Medical Surgical Nursing. (2014). 12ed Lippincott Williams & Wilkins.
2. Thyroidectomy. University of Washington. Available from: https://healthonline.washington.edu/document/health_online/pdf/Thyroidectomy_Partial_Thyroidectomy_4_11.pdf accessed April 2017
3. Thyroidectomy: available from: <http://www.mdconsult.com/das/patient/body/1087870714/765873669/10002/12886.html>. Accessed: October 2014

• تا ۴۸ ساعت بعد از عمل زخم جراحی را خشک نگه دارید و بعد از آن می توانید حمام بروید. بعد از حمام محل را با یک حوله تمیز کاملاً خشک کنید.

• تورم اطراف زخم می بایست ظرف ۳-۲ روز بعد بهتر شوند.

• برای کاهش فشار به ناحیه عمل و گردن، دستان خود را بالا ببرید و پشت گردن را با دو دست نگه دارید. این کار را قبل از عمل تمرین کنید و هر ۲-۱ ساعت آن را انجام دهید.

• ۴-۲ هفته از انجام ورزشهای سنگین، بلند کردن اجسام سنگین و کارهایی که منجر به کشیدن دست می شود خودداری کنید.

• در صورتی که شغل سبک دارید ۲ هفته بعد از عمل می توانید سرکار خود بروید و اگر شغلی سنگین دارید ممکن است ۶-۴ هفته نیاز به استراحت در منزل داشته باشید.

• در صورت بروز بی حسی در انگشتان و اطراف لب و بینی به پزشک اطلاع دهید. این علائم نشان دهنده کاهش کلسیم خون است.

• در محل عمل شما جای برش جراحی و بخیه دارد و ممکن است برای تخلیه ترشحات لوله ی کوچکی در محل جراحی قرار دهند که معمولاً ۳-۲ روز بعد از عمل و قبل از رفتن به خانه لوله خارج می شود و تقریباً ۷ روز بعد از عمل بخیه ها کشیده شوند. روی زخم جراحی هیچ گونه کرم یا پماد استفاده نکنید. تماس زخم با هوا منجر به بهبود سریعتر آن می شود. در عرض ۶ ماه بعد از عمل، زخم جراحی صاف و کم رنگ می شود.

• سعی کنید به آرامی صحبت کنید و اگر به مدت طولانی تخییر صدا داشتید، به پزشک گزارش دهید.