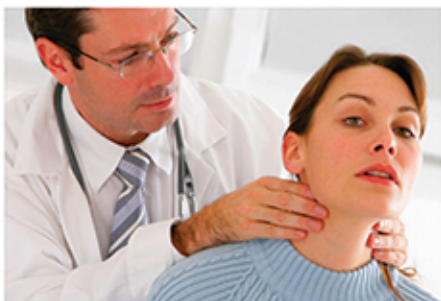




# میلا



## آموزش به بیمار تیروئید کتومی



اگر لووتیروکسین را به عنوان یک درمان جایگزین استفاده می کنید، ممکن است مجبور باشید تا آخر عمر مصرفش کنید و حتی در صورت احساس بهبود دارویتان را طبق دستور ادامه دهید.

در صورت بروز هر یک از علائم زیر، مصرف لووتیروکسین را قطع کرده، با پزشکتان تماس بگیرید: درد قفسه سینه، ضریان قلب تند، تنگی نفس، سردرد شدید یا بثورات جلدی.

اگر دچار علائم زیر شدید یعنی مقدار داروی مصرفی شما بیش از نیاز بدنتان است و باید مقدار دارو را با صلاحدید پزشک کاهش دهید: اسهال، تب، تحمل نکردن گرما، تعریق، بی‌قراری، تحریک پذیری، لرزش دستان، مشکل در به خواب رفتن، تغییرات دوره ماهانه، اشتها و یا کاهش وزن.

از آن جایکه احتمال کاهش کلسیم خون بعد از عمل جراحی وجود دارد قرصهای کربنات کلسیم خود را با یک لیوان پر آب به طور مرتب استفاده کنید. در طول روز مایعات فراوان (۶-۸ لیوان) مصرف کنید.

مکمل ویتامین D (کلسیول) را برای جذب بهتر کلسیم به طور مرتب مصرف کنید.

جذب این دارو در حالت ناشتا بیشتر است. پس سعی کنید صبح ها، نیم ساعت قبل از صبحانه آن را میل کنید.

از آنجایی که این دارو باعث بی خوابی می شود بهتر است صبح ها در یک ساعت مشخص خورده شود.

لووتیروکسین می تواند روی سطح خونی بسیاری از داروها تاثیر بگذارد. به هر پزشکی که مراجعه کنید حتماً مصرف لووتیروکسین را یادآوری کنید.

بیماری های دستگاه گوارش مانند اسهال می تواند بر روی جذب دارو تاثیر بگذارد، در صورت ابتلا به این بیماری ها پزشک خود را مطلع کنید.

برای کنترل دوز داروی مصرفی خود، هرچند وقت یک بار آزمایش TSH بدهید.

اگر یک نوبت را فراموش کردید، زمانی که آن را به یاد آوردید، مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی مصرف دارو رسیده است، نوبت فراموش شده را رها کرده، به برنامه منظم دارویی تان بازگردید.

مقدار دارو را دو برابر نکنید. اگر دو نوبت یا بیشتر را فراموش کردید برای تعیین یک برنامه جدید با پزشکتان مشورت کنید.

## آموزش به بیمار تیروئید کتومی

تیروئید کتومی برداشت کامل و یا بخشی از غده تیروئید می باشد. تیروئید غده ی پروانه ای شکل در قسمت پایین گردن است که مسئول تولید هورمون های کنترل کننده متابولیسم بدن و تنظیم ضربان قلب برای سرعت سوزاندن کالری است.



تیروئید کتومی برای درمان اختلال تیروئید مانند سرطان تیروئید، بزرگ شدن غیر سرطانی تیروئید (گواتر) و پرکاری تیروئید انجام می گیرد. میزان برداشت غده تیروئید در طول جراحی بستگی به علت مراجعه بیمار دارد. اگر بخشی از غده تیروئید طی عمل برداشته شود، مشکلی برای بیمار وجود ندارد چراکه تیروئید می تواند پس از جراحی به عملکرد نرمال خود ادامه دهد ولی اگر کل غده تیروئید خارج شود فرد پس از جراحی نیاز به دریافت روزانه هورمون های تیروئید دارد.

آنچه که بیمار باید پیش بینی **شود** به طور معمول ۱۴-۱۰ روز درد گلو خواهید داشت. تورم و کبودی در ناحیه برش جراحی چند روز وجود دارد که در روز دوم و سوم بعد از عمل به حداکثر می رسد.

اغلب اشکال در بلعیدن دیده می شود و افراد از یک احساس پری در ناحیه پایین گردن یا سفتی گردن برای حدود یک ماه شکایت دارند.

در چند روز اول بعد از عمل مختصری خشونت صدا طبیعی است.

ممکن است تا چند روز پس از عمل، یک درن تخلیه ترشحات به گردن بیمار باشد. معمولاً این درن ۳-۱ روز بعد از عمل کشیده می شود.

بیشتر بیماران مختصری درد را تجربه می کنند، اما بعضی از بیماران ممکن است از سفتی و درد در ناحیه شانه، گردن و پشت و یا سردرهای تنشی برای چند روز شکایت داشته باشند.

## رژیم غذایی

روز اول استفاده از مایعات غلیظ توصیه می شود. در روز دوم، استفاده از غذاهای نرم که نیاز به جویدن ندارد توصیه می شود. مانند پوره سیب زمینی، نیمرو هم زده، میلک شیک، حلیم ... ظرف یک هفته شما قادر خواهید بود یک رژیم معمولی را شروع کنید.

## فعالیت:

پس از ترخیص از بیمارستان، شما باید یک هفته در منزل استراحت نمایید.

از برداشتن اجسام سنگین اجتناب کنید. توصیه می شود هنگام خواب سه عدد بالش زیر سر خود بگذارید تا سر شما بالاتر از سطح قلب باشد.

در دو هفته اول بعد از عمل، هیچ ورزشی انجام ندهید. در دو هفته دوم، فقط مجاز به انجام ورزش های سبک هستید.

تا یک ماه از انجام ورزش های تماسی نظیر انجام ورزش های رزمی خودداری کنید.

برای حداقل ۳ هفته از کش و قوس دادن گردن خود یا کشیدن آن به عقب خودداری کنید چراکه به باعث تحت کشش قرار گرفتن برش جراحی می شود.

## مراقبت از زخم

بعد از برداشتن پانسمان گردن شما یک چسب کوچک تا ۱۰ روز بر روی گردن شما باقی می ماند. روز بعد از عمل می توانید دوش بگیرید. اگر زخم شما خیس شد به آرامی با گذاشتن و برداشتن یک حوله تمیز آن را خشک کنید. روی زخم بخیه ای برای کشیدن وجود ندارد. نیازی به تمیز کردن زخم نیست. روی زخم پماد یا کرمی قرار ندهید.

همه برش های جراحی به نور آفتاب حساس هستند. توصیه می شود بعد از بهبودی کامل برش جراحی تا ۶ ماه از ضد آفتاب روی برش جراحی استفاده شود.

## داروها

اگر تیروئید به طور کامل برداشته شده است. شما باید تا پایان عمر از داروهای جایگزین کننده هورمون تیروئید (لووتیروکسین) استفاده کنید.