

ชุดการศึกษาผู้ป่วย:

การทำความเข้าใจเกี่ยวกับ ทวารหนักชนิด ลำไส้เล็ก

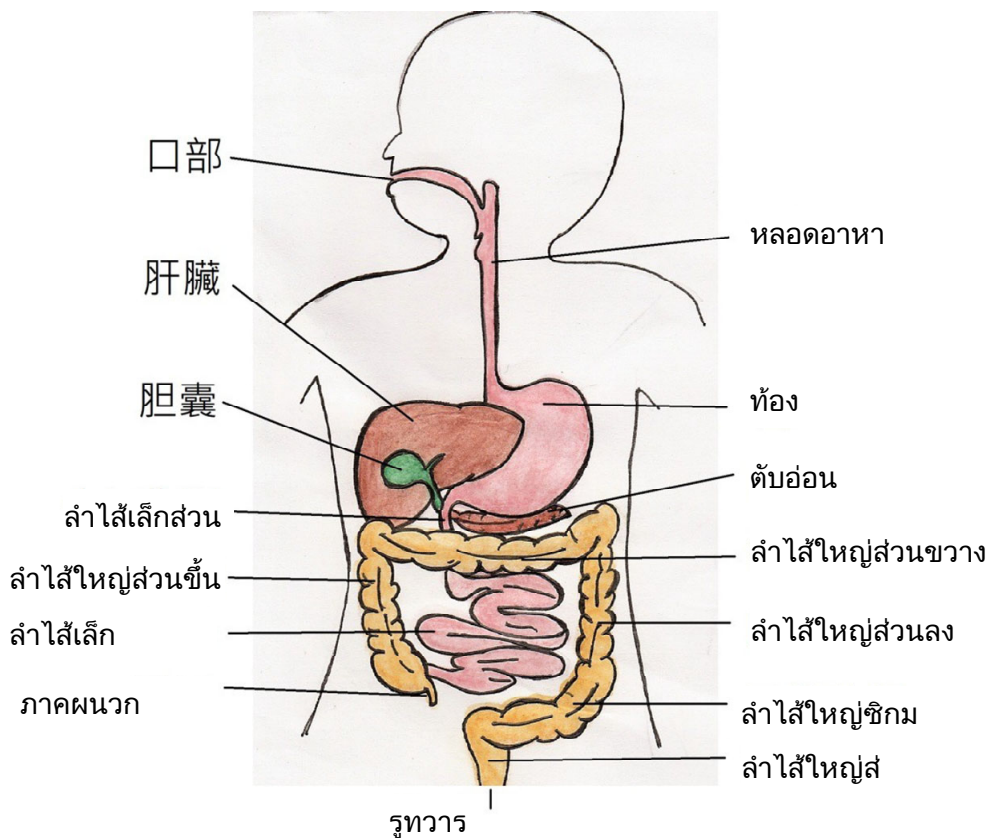
คณะทำงานด้านการดูแลผู้ป่วย

ธันวาคม 2020

การทำความเข้าใจ ระบบย่อยอาหารขอ งคุณ

การทำความเข้าใจระบบย่อยอาหารของคุณ

- ระบบย่อยอาหาร หรือที่เรียกว่าทางเดินอาหารเป็นอวัยวะที่รวบรวมอาหาร ย่อยอาหาร ดูดซับสารอาหาร และขับกากอาหารออก
- หลังจากเคี้ยวอาหารในปากแล้วอาหารจะเข้าสู่กระเพาะอาหารผ่านทางหลอดอาหารซึ่งจะถูกย่อยไป เริ่มแรกจากนั้นอาหารจึงเข้าสู่ลำไส้เล็กผ่านทางลำไส้เล็กส่วนต้น อาหารจะถูกย่อยมากขึ้น สารอาหารและน้ำส่วนใหญ่จะถูกดูดซึมในลำไส้เล็ก
- ลำไส้ ลำไส้ใหญ่ส่วนปลาย และรูทวารหนักขนาดใหญ่คือส่วนหลังของระบบย่อยอาหาร หน้าที่ของลำไส้ใหญ่ คือ การดื่มน้ำ และอิเล็กทรอนิกส์จากวัสดุที่ย่อยได้ที่เหลืออยู่ในลำไส้ เปลี่ยนสิ่งตกค้างที่ไม่ต้องการให้กลายเป็นอุจจาระกึ่งแข็ง หรือของแข็ง อุจจาระจะถูกเก็บไว้ในลำไส้ใหญ่ส่วนปลาย และเมื่อถึงกำหนดจะถูกขับออกทางรูทวารหนัก



รูทวาร

หน้า 3

การวินิจฉัยทั่วไป

อน

การผ่าตัด

หมายเหตุ: แพทย์จะเป็นผู้ตัดสินใจว่าจะใช้วิธีการวินิจฉัยแบบใดขึ้นอยู่กับระยะของอาการ

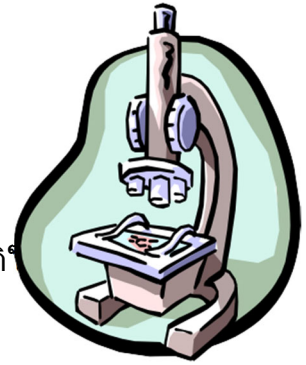
การวินิจฉัยทั่วไปก่อนการผ่าตัด

การทดสอบอูจจาระ

- ตรวจสอบเลือดออกในลำไส้

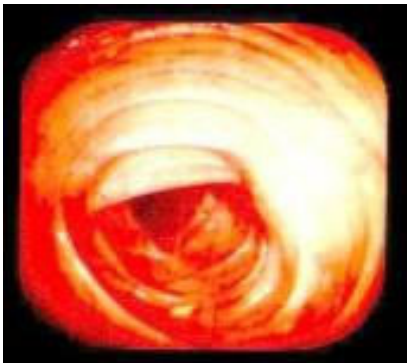
การตรวจทางทวารหนัก

- แพทย์จะสอดนิ้วเข้าไปในรูทวารหนัก และลำไส้ใหญ่ส่วนปลายของผู้ป่วยโดยตรงเพื่อตรวจหาความผิดปกติในบริเวณเหล่านี้



การตรวจสอบกล้อง

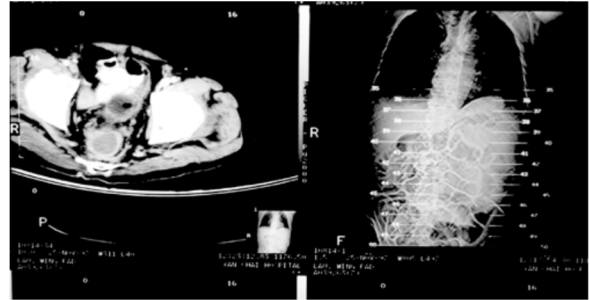
- การส่องดูลำไส้ใหญ่ และลำไส้ใหญ่ส่วนปลายโดยตรงอาจได้รับการตรวจชิ้นเนื้อหากผิดปกติ



การวินิจฉัยทั่วไปก่อนการผ่าตัด

การสแกนด้วยคอมพิวเตอร์ (CAT Scan/CT Scan)

- ด้วยการใช้เทคโนโลยีคอมพิวเตอร์ และเครื่องเอกซเรย์แบบหมุนได้ทำให้เกิดภาพตัดขวางของร่างกายซึ่งทำให้แพทย์สามารถระบุตำแหน่งของรอยโรคได้แม่นยำยิ่งขึ้น



MRI



- สนามแม่เหล็กแรงสูงถูกใช้เพื่อสร้างภาพตัดขวางของร่างกายซึ่งทำให้แพทย์สามารถตรวจสอบสภาพของเนื้อเยื่อในร่างกายได้

อนาคตของอิเล็กทรอนิกส์ และการสแกนสองด้านด้วยคอมพิวเตอร์ (PET scan)

- นี่คือการทดสอบทั้งสองแบบที่มีการรวมการทำงานของเซลล์ และโครงสร้างของร่างกายเข้าด้วยกัน การสแกน PET จะแสดงระบบเผาผลาญของเซลล์ในขณะที่การสแกน CT จะแสดงภาพอวัยวะ และโครงสร้างของเนื้ออกในร่างกาย การรวมภาพจากการสแกนทั้งสองจะทำให้ระบุตำแหน่งของเนื้ออกได้อย่างแม่นยำ

การทำความเข้าใจเกี่ยวกับ
ทวารหนักชนิดลำไส้เล็ก
ของคุณ

การตระหนักถึงทวารหนักชนิดลำไส้เล็ก

- ผลจากการผ่าตัด
ปลายของลำไส้เล็กจะถูกเย็บเข้ากับช่องท้องซึ่งทำให้เกิดช่องเปิดใหม่ที่เรียกว่าทวารหนักชนิดลำไส้เล็ก (ileostomy)
- ทวารหนักชนิดลำไส้เล็กมักจะอยู่ในช่องท้องด้านขวาล่างของผู้ป่วย



- รูปร่างของทวารหนักชนิดลำไส้เล็กมีขนาดแตกต่างกันไป แต่โดยทั่วไปแล้วจะมีรูปร่างกลม หรือรี และยื่นออกมาจากช่องท้องประมาณหนึ่งถึงสองเซนติเมตร รวมถึงมีเนื้อสัมผัสที่อ่อนนุ่ม
- พื้นผิวของรูเปิดเป็นเนื้อเยื่อเมือกที่ปกคลุมด้วยเส้นเลือดขนาดเล็กจำนวนมาก และมีสีแดงสด

- เนื่องจากอุจจาระไม่ผ่านลำไส้ใหญ่
อุจจาระจึงมักมีลักษณะเป็นของเหลว หรือขุ่น รวมถึงมีอิเล็กโทรไลต์ และเอนไซม์ย่อยอาหารในระดับสูง
- อุจจาระที่ทวารหนักชนิดลำไส้เล็กมีปริมาณมาก และมีเอนไซม์ย่อยอาหารซึ่งสามารถทำลายผิวหนังได้ง่ายหากสัมผัสเป็นเวลานาน



สาเหตุหลักของการผ่าตัดทวารหนักชนิดลำไส้เล็ก

- การผ่าตัดลำไส้ที่ต้องใช้รูเปิดชั่วคราว
- การเจาะลำไส้เฉียบพลัน
- หลังการผ่าตัดลำไส้ใหญ่ทั้งหมด เช่น โรคติ่งเนื้อออกในลำไส้ใหญ่ (Familial Adenomatous Polyposis) โรคลำไส้ใหญ่อักเสบเรื้อรัง (Ulcerative Colitis)
- ทางเชื่อมต่อที่ผิดปกติ (Enterothelial fistula) และโรคโครห์น (Crohn's disease)



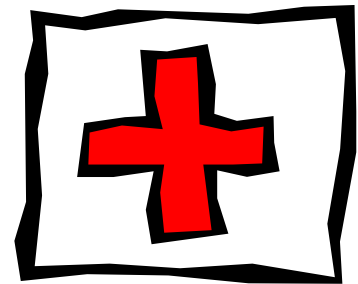
การดูแลหลังการผ่าตัด

- ในช่วงแรกหลังการผ่าตัด แผล และผิวหนังรอบ ๆ รูเปิดอาจมีอาการเจ็บปวด และอาจต้องใช้ยาเพื่อบรรเทาอาการปวด
- รูเปิดมักจะเริ่มส่งกลิ่นแก๊สประมาณหนึ่งวันหลังการผ่าตัด ตามมาด้วยอุจจาระที่มีลักษณะเป็นน้ำ และอุจจาระที่มีลักษณะบาง
- เจ้าหน้าที่พยาบาลจะรับผิดชอบดูแลรูเปิดของคุณในช่วงแรกหลังการผ่าตัด อย่างไรก็ตาม เมื่อคุณฟื้นตัว พยาบาลผู้ดูแลรูเปิดจะสอน วิธีดูแลรูเปิด และซื้ออุปกรณ์สำหรับรูเปิดให้กับคุณ และครอบครัวของคุณ



เคล็ดลับในการดูแล

- รูเปิดจะบวมในช่วงแรกหลังการผ่าตัด โดยปกติแล้วจะเริ่มหดตัวในหนึ่งถึงสองสัปดาห์ และหยุดหดตัวหลังจากผ่านไปหนึ่งถึงสองเดือน ดังนั้นขนาดของถุงรูเปิดที่คุณตัดออกไปก็จะแตกต่างกันไปตามขนาดของรูเปิดด้วย
- วัดขนาดของรูเปิดอย่างถูกต้อง - ขนาดใหญ่ หรือเล็กเกินไปคือไม่เหมาะสม หากมีปริมาณมากเกินไป อุจจาระจะระคายเคืองผิวหนังได้ง่ายซึ่งส่งผลทำให้ผิวหนังถูกทำลาย หากรูเปิดมีขนาดเล็กเกินไป รูเปิดจะเสียหายได้ง่าย หรือส่งผลต่อการไหลเวียนของเลือดในรูเปิด
- สังเกตสีที่ผิดปกติของรูเปิด รูเปิดเป็นสีแดงสดเหมือนสีดำนในบริเวณริมของรูเปิด หากสีของรูเปิดมีการเปลี่ยนแปลง เช่น สีน้ำเงิน หรือสีดำ คุณควรติดต่อแพทย์ทันที



เคล็ดลับในการดูแล

- เมื่อทำความสะอาดผิวหนังรอบ ๆ รูเปิด อย่าใช้น้ำยาฆ่าเชื้อเพราะอาจทำให้รูเปิดระคายเคือง และทำให้ผิวหนังแห้งได้ เนื่องจากพื้นผิว

- ของรูเปิดถูกปกคลุมด้วยเส้นเลือดขนาดเล็ก

เป็นเรื่องปกติที่จะพบว่ารูเปิดสามารถเสียหายได้ง่าย และมีเลือดออกในระหว่างขั้นตอนในการดูแล

คุณสามารถห้ามเลือดได้โดยการกดเบา ๆ

บริเวณนั้นด้วยกระดาษทิชชูที่มีลักษณะอ่อนนุ่มประมาณ 2-3 นาที

- อย่างไรก็ตาม หากมีเลือดปนในอุจจาระ หรือมีเลือดไหลออกจากรูเปิด ควรไปพบแพทย์ทันที



วิธีการดูแลทวารหนักชนิดลำไส้เล็ก

สิ่งของที่จำเป็น

- (1) สำลีที่ไม่เหนียวเหนอะหนะ ทิชชูเปียกแบบนุ่ม หรือทิชชูเปียกแบบไม่มีแอลกอฮอล์/แบบไม่มีโลชั่น
- (2) กรรไกร (สามารถใช้เครื่องคว้านรูแบบโค้งได้เพื่อการจัดการที่ง่ายขึ้น)
- (3) ไม้บรรทัดวัดรูเปิด
- (4) ปากกา
- (5) น้ำอุ่น
- (6) ถุงของรูปเปิดที่เหมาะสม



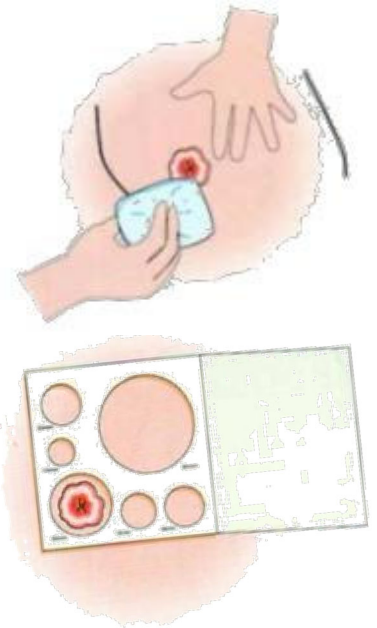
หมายเหตุ:

- สำลีที่ไม่เหนียวเหนอะหนะ ทิชชูเปียกแบบนุ่ม หรือทิชชูเปียกแบบไม่มีแอลกอฮอล์/แบบไม่มีโลชั่น เพื่อหลีกเลี่ยงการทำลายรูเปิด และผิวหนังโดยรอบ
- เมื่อคุณจำเป็นต้องเปลี่ยนถุงของรูเปิด เราขอแนะนำให้เปลี่ยนก่อนหรือสองชั่วโมงหลังอาหาร หรือก่อนนอน

วิธีการดูแลทวารหนักชนิดลำไส้เล็ก

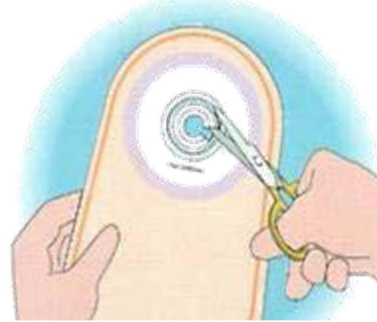
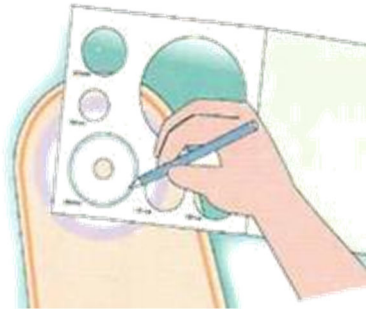
ขั้นตอนในการดูแล

- (1) เตรียมสิ่งของที่จำเป็น และวางไว้ในสถานที่ที่เหมาะสม
- (2) ล้างมือของคุณ
- (3) ค่อย ๆ ดึงถุงของรูเปิดขึ้น และลง ใช้มืออีกข้างกดเบา ๆ บนผิวหนังในขณะที่คุณกำลังดึงถุงออกเพื่อไม่ให้ฉีกขาด
- (4) ทำความสะอาดรูเปิด และผิวหนังโดยรอบด้วยสำลีชุบทิชชูนุ่ม หรือทิชชูเปียกแบบไม่มีแอลกอฮอล์/ไม่มีโลชั่น หากบริเวณรอบ ๆ รูเปิดสกปรกมาก ให้ล้างด้วยสบู่อ่อน ๆ แล้วเช็ดออกด้วยน้ำ
- (5) หลังจากทำความสะอาดแล้ว ให้เช็ดผิวหนังรอบ ๆ รูเปิดให้แห้ง
- (6) วัดขนาดของรูเปิดด้วยไม้บรรทัดวัดรูเปิด และเว้นช่องว่างรอบรูเปิดไว้ประมาณ 2-3 มม.

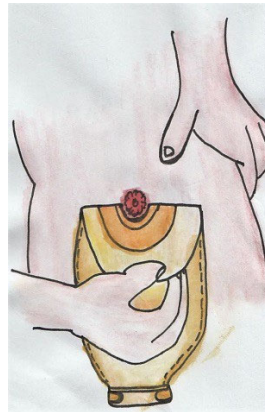


วิธีการดูแลทวารหนักชนิดลำไส้เล็ก

- (7) วัดขนาดที่วัดได้ลงบนแผ่นผิวหนังที่ด้านหลังของถุงปากด้วยปากกา
- (8) ใช้กรรไกรตัดแผ่นผิวหนังที่ด้านหลังถุงของรูเปิดตามขนาดที่คุณวัดไว้



- (9) ตรวจสอบให้แน่ใจว่าผิวหนังมีลักษณะแห้ง
- (10) นำกระดาษที่ติดอยู่ที่ด้านหลังของแผ่นดูแลผิวออกแล้วนำถุงทั้งใบติดเข้ากับรูเปิด



สิ่งของสำหรับดูแล รูเปิด

สิ่งของสำหรับดูแลรูเปิด

ตัวเลือกของถุงสำหรับทวารหนักชนิดลำไส้เล็ก

- เลือกใช้ถุงแบบเปิดเนื่องจากจะทำให้ลำไส้ของคุณว่างเปล่า ไม่แนะนำให้เปลี่ยนถุงของรูเปิดทุกครั้งเนื่องจากอุจจาระมีปริมาณมาก ถุงของรูเปิดมีแนวโน้มน้ำที่จะเต็มได้ง่าย ดังนั้นให้เปิดที่หนีบพลาสติก / ลวดอ่อน / ดินตุ๊กแกที่ปลายถุงเพื่อปล่อยอุจจาระ หรือแก๊ส
- เปิดที่หนีบพลาสติก / ลวด / ดินตุ๊กแกที่ปลายถุงเพื่อปล่อยอุจจาระ หรือแก๊ส

ถุงเปิดแบบชั้นเดียว

- เหมาะสำหรับอุจจาระในรูปแบบแข็ง หรือของเหลว



สิ่งของสำหรับดูแลรูเปิด

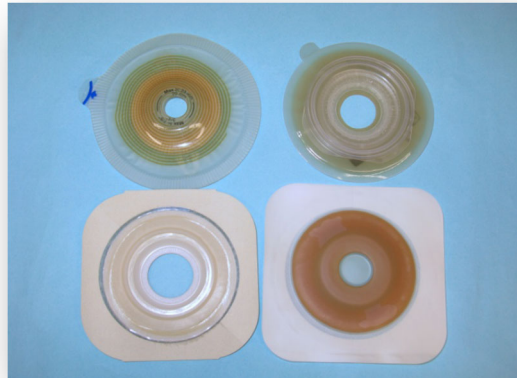
ถุงของรูเปิดแบบสองชั้น

- ต้องตรงกับขนาดของแหวนยางบนแผ่นฐาน



แผ่นบำรุงผิว

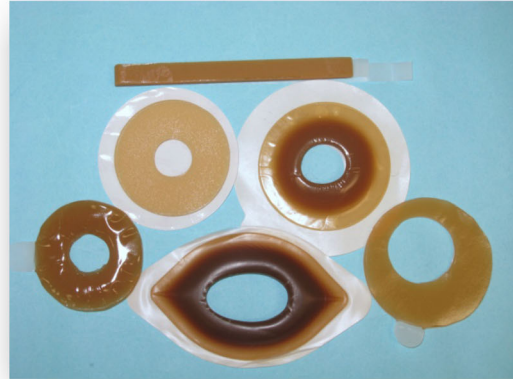
- เหมาะสำหรับใช้กับรูเปิดแบบยึดหดได้



สิ่งของสำหรับดูแลรูเปิด

แผ่นกันรั่ว แถบกันรั่ว หรือวงแหวนพลาสติกกันรั่ว

- เหมาะสำหรับใช้กับรูเปิดแบบยึดหดได้ หรือรอยพับของผิวหนังรอบ ๆ รูเปิด



แผ่นมาส์กบำรุงผิว

- มีจำหน่ายในรูปแบบผ้าเช็ดทำความสะอาด สเปรย์ หรือเจล เพื่อปกป้องผิวหนังบริเวณรูเปิด



สิ่งของสำหรับดูแลรูเปิด

แผ่นสารละลาย

- มีจำหน่ายในรูปแบบผ้าเช็ดทำความสะอาด หรือสเปรย์
- ละลายครีมกันรื้อ หรือกาวที่ตกค้างอยู่บนผิวหนัง



แป้งดูแลผิว

- สำหรับใช้กับผิวที่เสียหาย



สิ่งของสำหรับดูแลรูเปิด

แผ่นคาร์บอน

- การปล่อยแก๊ส และการกรองกลิ่น



สายรัดรูเปิด

- ถูของรูเปิดตึงเพื่อเสริมแรง



ทวารหนักชนิดลำ
ไส้เล็ก
ปัญหาที่พบบ่อย
และวิธีการ
กับปัญหาเหล่านั้น

ปัญหาที่พบบ่อยเกี่ยวกับรูเปิด และวิธีการจัดการ

ผิวหนังเสียหาย

(1) ช่องเปิดมากเกินไปในแถบการรักษา

- ช่องว่างระหว่างรูเปิด และแผ่นดูแลผิวมีขนาดกว้างเกินไป ส่งผลให้เกิดรอยแดง และปวดเนื่องจากการระคายเคืองของอุจจาระ
- ควรวัดขนาดของรูเปิดอย่างระมัดระวัง และควรตัดขนาดถุงตามคำแนะนำของผู้ดูแล



(2) การเปลี่ยนถุงของรูเปิดบ่อย และไม่จำเป็น

(3) เมื่อถุงของรูเปิดรั่ว อย่าเปลี่ยนถุงของรูเปิดทันที

(4) มีถุงของรูเปิดหลายประเภทในท้องตลาด

และความถี่ในการเปลี่ยนถุงจะแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับคุณภาพของการขั้วถ่าย รูปร่างของหน้าท้อง และลักษณะของผลิตภัณฑ์ดูแลรูเปิด โดยทั่วไป

ควรเปลี่ยนถุงของรูเปิดทวารหนักชนิดลำไส้เล็กทุกสองถึงสามวัน

ควรเทถุงออกเมื่อเต็มประมาณสามในหนึ่งไปจนถึงครึ่งหนึ่งของถุง

(5) แพ้ผลิตภัณฑ์ของรูเปิด

ปรึกษาพยาบาลด้านรูเปิดของคุณเพื่อขอคำแนะนำในการเปลี่ยนไปใช้ผลิตภัณฑ์รูเปิดยี่ห้ออื่น

(6) หากผิวหนังรอบ ๆ รูเปิดมีขนปกคลุมอยู่ วิธีที่ดีที่สุดในการกำจัดขนรอบ ๆ รูเปิด คือ

ตัดขนออกหากมันทำให้เกิดการอักเสบของรูขุมขนเนื่องจากการดึงแผ่นรักษาออกบ่อย ๆ

(7) การใช้ยาทำความสะอาดที่รุนแรง

หรือน้ำยาฆ่าเชื้อเพื่อทำความสะอาดผิวหนังอาจทำให้เกิดรอยแดงได้ หากผิวหนังบริเวณรูเปิดสกปรก

ให้ใช้สบู่อ่อน ๆ

(8) เมื่อคุณสังเกตเห็นผิวหนังคัน เจ็บปวด หรือแดง

คุณสามารถติดต่อพยาบาลด้านรูเปิดของคุณเพื่อเข้ารับการรักษาที่เหมาะสม

ปัญหาที่พบบ่อยเกี่ยวกับรูเปิด และวิธีการจัดการ

ท้องเสีย

- อาจเกิดจากการแพ้อาหารบางประเภท หรือจากการรับประทานยาปฏิชีวนะ
- เพื่อป้องกันการเกิดอาการท้องเสีย ควรหลีกเลี่ยงอาหารที่อาจทำให้เกิดอาการแพ้ในลำไส้
- หากมีอาการท้องเสียรุนแรง ควรรีบพบแพทย์โดยเร็วที่สุด

กลิ่น และกลิ่นเหม็น

- นี่เป็นเหตุการณ์ทั่วไปในการศัลยกรรมสร้างทวารหนักเทียมโดยเปิดเข้าไปในลำไส้ใหญ่ และปัจจุบันถุงของรูเปิดส่วนใหญ่ติดตั้งแผ่นคาร์บอนเพื่อกรองกลิ่น

แก๊สในกระเพาะอาหาร และลำไส้

- อย่ารับประทานอาหารเร็วเกินไปเพื่อหลีกเลี่ยงการกลืนอากาศซึ่งอาจทำให้มีแก๊สจำนวนมากได้
- แนะนำให้จำกัดการบริโภคอาหารที่ก่อให้เกิดกลิ่น และแก๊สปริมาณมาก เช่น ผักคื่นช่ายรี บรอกโคลี มันเทศ เบียร์ แองกะหรี หัวหอม และอาหารรสเผ็ด

ปัญหาที่พบบ่อยเกี่ยวกับรูเปิด และวิธีการจัดการ

ไส้เลื่อน

- นี้หมายถึงไส้เลื่อนของลำไส้ในช่องท้องผ่านข้อบกพร่องที่อยู่ถัดไปจากรูเปิด และกำลังก่อตัวขึ้นเป็นไส้เลื่อน
- ถุงของรูเปิดมีแนวโน้มที่จะมีผิวหนังที่ไม่เรียบรอบ ๆ รูเปิด ซึ่งอาจนำไปสู่การรั่วไหล และในกรณีที่รุนแรงอาจเกิดการอุดตันของลำไส้ หรือเนื้อร้ายของลำไส้เฉพาะที่



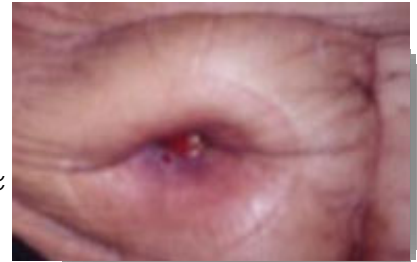
อาการห้อยยานของรูเปิด

- นี้หมายถึงส่วนเล็ก ๆ ของลำไส้ที่ยื่นออกมาจากรูเปิด
- อาการห้อยยานของอวัยวะอาจทำให้รูเปิดเสี่ยงต่อการบาดเจ็บได้



การหดตัวของรูเปิด

- หมายถึงส่วนที่แคบลงของรูเปิดซึ่งอยู่ใต้พื้นผิวของผิวหนัง
- การหดตัวของรูเปิดอาจทำให้เกิดการรั่วและผิวหนังไปทำลายถุงของรูเปิด และแถบการรักษาเสียหาย



รูเปิดแคบลง

- ช่องทางออกของรูเปิดแคบลงซึ่งส่งผลให้ลำไส้เคลื่อนไหวไม่สะดวก



การแก้ปัญหา:

หากเกิดสิ่งนี้ขึ้น คุณควรติดต่อพยาบาล หรือแพทย์ด้านรูเปิดโดยเร็วที่สุด

ชีวิตหลังการฟื้นตัว

ชีวิตหลังการฟื้นตัว

1. การตรวจสอบปกติ

- จำเป็นต้องมีการนัดหมายเพื่อติดตามผลเป็นประจำหลังจากออกจากโรงพยาบาล เริ่มแรกทุกหนึ่งถึงสองเดือน และค่อย ๆ เปลี่ยนไปเป็นทุก ๆ หกเดือน หรือหนึ่งปี
- โปรดนำถุงของรูเปิดชุดพิเศษติดตัวมาด้วยในการนัดหมาย ติดตามผลแต่ละครั้งเพื่อให้พยาบาล หรือแพทย์เป็นผู้เปลี่ยนถุงของรูเปิดให้



2. การอาบน้ำ



- เมื่อแผลหายดีแล้ว คุณสามารถอาบน้ำได้ คุณสามารถถอดแถบการรักษา และถุงของรูเปิดออกเมื่ออาบน้ำ และมีความสุขกับตัวเองเนื่องจากน้ำจะไม่เข้าสู่ร่างกายของคุณผ่านทางรูเปิด
- หากคุณเลือกที่จะอาบน้ำโดยที่ถุงของรูเปิดติดอยู่ คุณสามารถใช้เทปกั้นน้ำติครอบ ๆ แถบการรักษาเพื่อป้องกันไม่ให้น้ำซึมผ่านแถบได้

3. การสวมใส่เสื้อผ้า

- โดยปกติแล้ว คุณสามารถสวมใส่เสื้อผ้าประเภทใดก็ได้ที่สบายและไม่รัดรูเปิด และทำให้เกิดแรงกดทับบนรูเปิด



ชีวิตหลังการฟื้นตัว

4. การทำงาน

- หลังจากหยุดพักสักครู่เพื่อให้มีเรี่ยวแรงกลับคืนมา คุณก็สามารถกลับไปทำงานตามปกติได้ อย่างไรก็ตาม ขอแนะนำว่าห้ามยกของหนักเป็นเวลา 2-3 เดือนหลังการผ่าตัดเพื่อหลีกเลี่ยงการเกิดไส้เลื่อนใต้ช่องท้อง



5. กีฬา



- การออกกำลังกายโดยทั่วไปจะไม่ส่งผลต่อรูเปิด เช่น ว่ายน้ำ และวิ่ง อย่างไรก็ตาม ควรหลีกเลี่ยงกีฬาที่ต้องใช้กำลังมากเกินไป และเกี่ยวข้องกับการสัมผัสร่างกาย เช่น การชกมวย หรือการยกน้ำหนัก

6. การเดินทาง

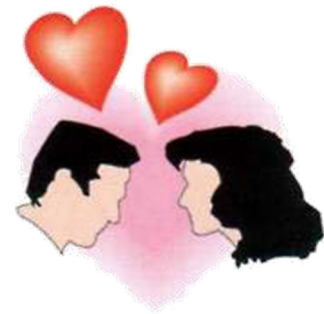
- สิ่งที่คุณต้องทำคือเตรียมตัวให้ดี และวางแผนให้ดีเพื่อสนุกกับการเดินทางของคุณ นำของใช้มากมายติดตัวไปด้วย และเก็บถุงของรูเปิดแบบตัดเอาไว้แล้วล่วงหน้าในกระเป๋าถือขึ้นเครื่องเพื่อว่าคุณจำเป็นต้องเปลี่ยนถุงเมื่อใดก็ได้ การเดินทางโดยรถยนต์ เครื่องบิน หรือเรือจะไม่ส่งผลกระทบต่อรูเปิดของคุณแต่อย่างใด



ชีวิตหลังการผ่าตัด

7. เพศสัมพันธ์

- หลังการผ่าตัด
สมรรถภาพทางเพศอาจได้รับผลกระทบเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างในช่องของ
หมอนรองกระดูก และความเสียหายของเส้นประสาท คุณไม่ควรพูดคุย ทำความรู้จักกัน
และร่วมมือในการใช้ชีวิตทางเพศซึ่งเป็นที่ยอมรับร่วมกัน
หรือขอคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ



8. อาหาร

- เว้นแต่คุณจะมีโรคประจำตัวอื่น ๆ เช่น เบาหวาน หรือความดันโลหิตสูง
ผู้ป่วยที่ตัดระบบทางเดินปัสสาวะไม่จำเป็นต้องอดอาหารรบกวนเท่าที่พวกเขาได้รับประทานอาหาร
ที่มีความสมดุล และรับประทานอาหารอย่างสม่ำเสมอ
- หากคุณไม่มีโรคประจำตัวอื่น ๆ ที่ทำให้คุณต้องจำกัดการดื่มน้ำ คุณควรดื่มน้ำประมาณ
1,500 - 2,000 มล. ต่อวัน



ความกังวลทั่วไป

ความกังวลทั่วไป

ผู้ที่มีรูเปิดควรต้องงดอาหารบางชนิดหรือไม่

- ผู้ที่มีรูเปิดจำเป็นต้องรับประทานอาหารให้มีความสมดุลทุกวันเช่นเดียวกับคนทั่วไป และไม่จำเป็นต้องงดอาหาร
- คนจีนเคยชินกับการงดรับประทานกุ้ง ปู ไข่ และเนื้อวัวหลังเจ็บป่วย แต่ก็ไม่ต้องงด

การตัดส่วนหนึ่งของลำไส้ใหญ่จะส่งผลต่อความสามารถในการดูดซึมหรือไม่

- หน้าที่หลักของลำไส้ใหญ่ คือ การดูดซับน้ำ และอิเล็กโทรไลต์ กักเก็บ และขับถ่ายอุจจาระ การตัดลำไส้ใหญ่บางส่วนออกนั้นไม่มีผลต่อการดูดซึมสารอาหารอย่างแน่นอน หน้าที่หลักของลำไส้เล็กคือการดูดซึมสารอาหาร ตำแหน่งของทวารหนักชนิดลำไส้เล็กมักจะอยู่ที่ส่วนปลายของลำไส้เล็ก และไม่มีผลกระทบที่เห็นได้ชัดเจนต่อการดูดซึมสารอาหาร

ฉันจะจัดการปฏิกิริยาของรูเปิดที่มีต่ออาหารได้อย่างไร

- แม้ว่าอาหารบางชนิดอาจทำให้เกิดปฏิกิริยาในรูเปิดของผู้ป่วยแต่หากมีการจัดการอาหารอย่างถูกต้อง ผู้ป่วยที่มีรูเปิดสามารถรับประทานได้ในปริมาณมากเท่าที่ต้องการ
- หากคุณรับประทานอาหารที่ก่อให้เกิดแก๊ส และกลิ่น คุณสามารถใช้แผ่นคาร์บอนเพื่อแก้ปัญหาหากกลิ่นได้
- สำหรับรูเปิดที่แคบลงเล็กน้อย สามารถเคี้ยว และรับประทานอาหารที่ย่อยไม่ได้ในปริมาณที่พอเหมาะเพื่อบรรเทาปัญหาการอุดตัน

- ดังนั้นผู้ป่วยที่มีรูเปิดจึงไม่ต้องกังวลเรื่องการรับประทานอาหารมากนัก

ฉันจะขอความช่วยเหลือได้ที่ไหนหากฉันมีปัญหาเกี่ยวกับรูเปิด



- **พยาบาลด้านรูเปิด**
- **ศัลยแพทย์**
- **แอป Stoma Care** (สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม คุณสามารถสแกนบาร์โค้ดทางด้านซ้ายเพื่อดาวน์โหลดแอปได้)

- **เว็บไซต์ HA Smart Patient** (สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม คุณสามารถสแกนบาร์โค้ดทางด้านขวาได้)

