

ابر حامی

آگاهی، بهبودی، رشد؛
برای همزیستان سرطان



آموزش‌های عمومی سامانه ابر حامی

www.abrhami.ir

جراحی سرطان در سنین بالا



جراحی سرطان در سنین بالا

اکثر افراد مبتلا به سرطان ۶۵ سال یا بالاتر هستند. و بسیاری به جراحی نیاز خواهند داشت که یکی از مؤثرترین راهها برای درمان برخی سرطانها است. بزرگسالان مبتلا به سرطان ۶۵ سال و بالاتر نیازهای مشخصی قبل، حین و بعد از جراحی **دارند** آگاهی از این نیازها و برنامه‌ریزی برای آنها می‌تواند روند بهبودی را بهبود بخشد، از **عوارض جانبی جلوگیری کند** و به حفظ کیفیت زندگی کمک کند.

قبل از جراحی سرطان

پزشکی که جراحی شما را انجام خواهد داد، جراح یا انکولوژیست جراحی نامیده می‌شود. شما **قبل از جراحی** با آنها ملاقات خواهید کرد تا پرونده پزشکی خود را بررسی کنید، در مورد اینکه چرا این جراحی برای شما توصیه می‌شود صحبت کنید، در مورد خطرات و عوارض جانبی احتمالی آن صحبت کنید و دستورالعمل‌هایی برای بازگشت به خانه پس از جراحی دریافت کنید.

ارزیابی سالمندی راهی برای ارزیابی سلامت و تندرستی شما قبل از جراحی است. این ارزیابی شامل مجموعه‌ای از ابزارها است که به پزشکان

کمک می‌کند بهترین نوع درمان سرطان از جمله جراحی را برای شما توصیه کنند. ارزیابی سالمندی معمولاً شامل موارد زیر است:

- فعالیت‌های روزمره زندگی

- عملکرد فیزیکی

- خطر سقوط

- **سایر شرایط پزشکی** به جز سرطان

- خلق و خو، اضطراب و افسردگی

- فعالیت‌های اجتماعی و شبکه پشتیبانی

- عملکرد شناخت و حافظه

- تغذیه

انکولوژیست، جراح یا سایر ارائه‌دهندگان مراقبت‌های سلامتی می‌توانند ارزیابی سالمندان را ارائه دهند. این نتایج باید با دیگران در تیم مراقبت‌های سلامتی شما به اشتراک گذاشته شود.

نتایج ارزیابی سالمندان می‌تواند به تیم مراقبت‌های سلامتی شما کمک کند تا مراقبت‌های پزشکی و حمایت موردنیاز قبل، حین و بعد از جراحی را برنامه‌ریزی کنند. برای مثال، اطلاعاتی که در طول ارزیابی به دست می‌آید ممکن است نشان دهد که شما در معرض خطر عوارض جانبی خاصی هستید. همچنین می‌تواند به شما و تیم مراقبت‌های سلامتی‌تان کمک کند تا پیش‌بینی کنید که در طول بهبودی به چه مقدار کمک در خانه نیاز دارید.

درباره اهمیت ارزیابی های سالمندان و مراقبت از سرطان بیشتر بدانید

انواع جراحی سرطان

افراد مبتلا به سرطان در هر سنی ممکن است تحت انواع مختلف جراحی قرار گیرند از جراحی می توان برای تشخیص، درمان یا بهبودی از سرطان استفاده کرد.

انواع مختلف جراحی مرتبط با سرطان عبارتند از:

- بیوپسی، فرایندی که در طی آن جراح نمونه ای از بافت را می گیرد تا وجود سرطان بررسی شود .
- ، مرحله بندی فرایندی که در طی آن جراح غدد لنفاوی و سایر بافت ها را برمی دارد تا مشخص شود آیا سرطان گسترش یافته است یا خیر
- برداشتن تومور برای درمان سرطان که در طی جراحی انجام می شود
- سایر روش های جراحی برای حذف سرطان، مانند جراحی لاپاراسکوپی، آندوسکوپی و جراحی لیزر
- جراحی تسکینی برای کاهش عوارض جانبی تومور، مانند رفع انسداد برای کمک به هضم غذا
- جراحی ترمیمی برای ساخت بافت پشت

مهم است که با پزشک خود در مورد همه گزینه های جراحی، از جمله ارزیابی خطرات و عوارض جانبی هر گزینه صحبت کنید. به عنوان مثال، مطالعات نشان می دهد که جراحی های کم تهاجمی شامل عوارض کمتر، درد کمتر و اقامت کوتاه تر در بیمارستان است. در گذشته، ایمنی برخی از جراحی های کم تهاجمی برای افراد ۶۵ سال و بالاتر مورد نگرانی بوده است. تحقیقات جدید نشان داده است که جراحی های کم تهاجمی می تواند برای افراد مسن مبتلا به سرطان بی خطر و مؤثر باشد.

اگر در طول عمل جراحی شما نیاز به بیهوشی باشد، یک متخصص بیهوشی و یک پرستار بیهوشی عضوی از تیم جراحی شما خواهند بود. بیهوشی دارویی است که شما را از احساس درد دور می کند. آنها برای بیماران مسن تری که ممکن است اثرات شدیدتری از بیهوشی احساس کنند یا نیاز به تنظیمات دارویی بیشتری داشته باشند، اقدامات احتیاطی خاصی انجام می دهند.

چگونه جراحی می تواند افراد ۶۵ سال و بالاتر را تحت تأثیر قرار دهد

روش های خاصی وجود دارد که جراحی می تواند افراد مسن را تحت تأثیر قرار دهد. قبل از جراحی، شما و پزشکتان باید به موارد زیر فکر کنید:

عملکرد قلب اگر مشکلات قلبی دارید، حتماً با تیم جراحی خود در این مورد به تفصیل صحبت کنید. از دست دادن خون در حین جراحی، تغییر در مایعات، تغییر در فشارخون، و اثرات بیهوشی و سایر داروهایی که در طول جراحی داده می شود، همگی می توانند بر قلب تأثیر بگذارند. اینها می توانند در حین جراحی، بلافاصله پس از جراحی یا هفته ها و ماه های بعد از جراحی باعث ایجاد مشکلاتی در قلب شما شوند.

برای تیم جراحی شما مهم است که در مورد هرگونه مشکل قلبی اطلاع یابند تا این عامل در برنامه‌ریزی مراقبت از شما در نظر گرفته شود. آنها می‌توانند شما را از نظر مشکلات قلبی در حین و بعد از عمل از نزدیک تحت‌نظر داشته باشند.

عملکرد کلیه. جراحی می‌تواند شامل بسیاری از داروها باشد. همچنین ممکن است مایعات زیادی برای حفظ عملکرد بدن خود دریافت کنید. کلیه‌های شما باید این مقدار زیادی دارو و مایعات را در حین و بعد از جراحی پردازش کنند. اگر کلیه‌های شما خوب کار نکنند، این می‌تواند مشکلاتی ایجاد کند.

عملکرد کبد. با افزایش سن، خون کمتری به کبد شما جریان می‌یابد تا به عملکرد آن کمک کند. کبد داروها را تجزیه می‌کند. اگر عملکرد کبد مناسب نباشد، احتمال واکنش شما به داروهای موردنیاز برای جراحی بیشتر است.

عملکرد ریه. با افزایش سن، ریه‌های شما هوای زیادی را در خود نگه نمی‌دارند و ممکن است برای حرکت هوا به داخل و خارج از بدن شما کارایی نداشته باشند. اگر یک بیماری ریوی مانند آمفیزم یا بیماری مزمن انسدادی ریه (COPD) دارید، بهبودی پس از بیهوشی ممکن است برای شما دشوارتر باشد. مشکلات ریوی خطر ابتلا به ذات‌الریه بعد از جراحی را افزایش می‌دهد که می‌تواند بسیار جدی باشد.

بهبودی پس از جراحی برای بزرگسالان ۶۵ سال و بالاتر

برنامه‌ریزی از قبل برای مراقبت‌های بعد از جراحی مهم است. داشتن یک برنامه دقیق احتمال بهبود موفقیت‌آمیز را بیشتر می‌کند و می‌تواند به شما و عزیزانتان اطمینان خاطر و حس کنترل را در یک‌زمان استرس‌زا بدهد.

افراد مسن اغلب به مراقبت‌های اضافی و زمان بهبودی پس از جراحی نیاز دارند. با تیم مراقبت‌های سلامتی خود در مورد سطح مورد انتظار مراقبتی که نیاز دارید و مدت‌زمان موردنیاز خود صحبت کنید. ممکن است براساس سلامت قبل از عمل جراحی، وسعت جراحی و سایر عوامل در طول دوران نقاهت به مراقبت‌های تخصصی نیاز داشته باشید. راجع به نیاز به موارد زیر سؤال بپرسید:

- **خدمات مراقبت در منزل** مانند یک دستیار بهداشتی در منزل یا مراجعه به پرستار

- **فیزیوتراپی** یا سایر خدمات توانبخشی **سرطان**

- **مددکار اجتماعی** که می‌تواند توصیه‌هایی برای کمک در جامعه شما ارائه دهد

- **گروه‌های پشتیبانی**

همچنین، سؤال کنید که انتظار می‌رود مدت‌زمان بستری شما در بیمارستان پس از جراحی چقدر باشد و کدام آزمایش‌های پزشکی قبل از ترخیص موردنیاز است. گاهی اوقات، افراد پس از جراحی سرطان به یک مرکز پزشکی دیگر مانند یک مرکز توانبخشی پزشکی یا مرکز پرستاری مراجعه می‌کنند تا به بهبودی خود کمک کنند.

بهبودی پس از عمل جراحی در منزل

این مفید است که از قبل به زمان بازگشت به خانه فکر کنید و مطمئن شوید کمکی که نیاز دارید را دریافت می‌کنید.

از یکی از اعضای خانواده یا دوست خود بخواهید که بعد از عمل جراحی در کنار شما باشد و شما را به خانه برساند. اگر تنها زندگی می‌کنید، ممکن است لازم باشد از یکی از دوستان یا اعضای خانواده خود بخواهید که به‌عنوان مراقب در زمان بهبودی در کنار شما بماند. همچنین می‌توانید خدمات مراقبت در منزل را استخدام کنید که می‌تواند به بهبودی شما کمک کند.

تیم مراقبت‌های سلامتی شما دستورالعمل‌ها و منابعی را برای مراقبت از خود پس از رسیدن به خانه ارائه می‌دهد. اینها اغلب اوراق ترخیص نامیده می‌شوند. این دستورالعمل‌ها را دنبال کنید که ممکن است شامل موارد زیر باشد:

- لیست کامل همه داروها و دوزها به همراه عوارض جانبی داروها
- دستورالعمل‌هایی در مورد نحوه مراقبت از زخم‌ها، تعویض پانسمان و مراقبت از عوارض جانبی احتمالی
- راهنمایی در مورد خوردن، آشامیدن و فعالیت بدنی در دوران نقاهت
- تنظیم زمان ملاقات‌ها برای مراقبت‌های بعدی
- چه زمانی باید با یک پرستار یا پزشک تماس بگیرید و چگونه با آنها تماس بگیرید

اگر موردی برای شما و مراقبتان واضح نیست، حتماً سؤالات خود را بپرسید تا از پیروی از دستورالعمل‌های ارائه شده توسط تیم مراقبت‌های سلامتی احساس راحتی کنید. این زمان، فرصت خوبی برای پرسیدن هرگونه نگرانی دیگری است که ممکن است در مورد بهبودی خود پس از جراحی داشته باشید است.

نگرانی‌های رایج بعد از عمل جراحی برای افراد مسن

مشکلات یا عوارض جانبی ناشی از جراحی وجود دارد که بیشتر در افراد مسن دیده می‌شود. این شامل:

مشکلات شناختی. افراد ۶۵ ساله و بالاتر احتمال بیشتری دارد که بعد از جراحی دچار **سردرگمی ذهنی یا هذیان** شوند که تغییر ناگهانی در توانایی تفکر واضح و توجه است. این مشکلات قابل پیشگیری و درمان هستند. مطمئن شوید مراقبان شما از علائم **توجه و مشکلات فکری آگاه هستند**.

درد. مدیریت درد پس از جراحی بخش بسیار مهمی از بهبودی شما است. داروهای **مختلفی برای کنترل درد استفاده می‌شود به‌عنوان نمونه می‌توان به مواد افیونی اشاره کرد.** افرادی که ۶۵ سال یا بیشتر سن دارند ممکن است به مواد افیونی حساس‌تر باشند. قبل از جراحی، در مورد استفاده از مواد افیونی با تیم مراقبت از سلامتی خود صحبت کنید تا بهترین برنامه مدیریت درد را برای شما ارائه دهند.

تهوع و استفراغ. تهوع و استفراغ شایع‌ترین عوارض پس از جراحی است. اگر سابقه این عوارض پس از جراحی یا هرگونه بیماری حرکتی را دارید، به پزشک خود اطلاع دهید.

تغذیه و آبرسانی بعد از جراحی. مهم است که در دوران نقاهت پس از جراحی، **تغذیه و آب کافی دریافت کنید** سوءتغذیه (عدم دریافت تغذیه مناسب)، به دلیل **تغییرات اشتها** و سایر چالش‌ها، مشکلی رایج برای افراد مسن پس از جراحی است. کم‌آبی بدن، زمانی که بدن شما آب یا سایر مایعات کافی دریافت نمی‌کند، نیز رایج است.

در طول بستری شدن در بیمارستان و در طول دوران نقاهت در خانه، از پرستاران یا مراقبان خود بخواهید در پیگیری میزان مصرف غذا و آب به شما کمک کنند. شناسایی و درمان زودهنگام چنین مشکلاتی می تواند بهبودی شما را تسریع کند و از بروز عوارض جانبی جلوگیری کند. همچنین ممکن است به عنوان بخشی از برنامه بهبودی خود با یک **متخصص تغذیه متخصص تغذیه دارای تجربه و لایت در مدیریت بیماران سرطانی، صحبت کنید**.

سوالاتی که می توانید از تیم مراقبت های سلامتی بپرسید:

- جراحی من چگونه خواهد بود؟
- جراحی چقدر طول خواهد کشید؟
- چه کسی این جراحی را انجام خواهد داد؟
- چه نوع بیهوشی دریافت خواهیم کرد؟
- سابقه سلامتی من چگونه بر برنامه ریزی جراحی من تأثیر می گذارد؟
- عوارض احتمالی این جراحی و/یا بیهوشی چیست؟
- آیا لازم است یک شب در بیمارستان بمانم یا بیشتر؟
- آیا بعد از این جراحی به کسی نیاز دارم که مرا به خانه برساند؟
- بعد از جراحی باید مراقب چه عوارضی باشم؟
- در مورد عوارض جانبی که تجربه می کنم باید با چه کسی تماس بگیرم؟ چقدر زود؟
- آیا عوارض جانبی وجود دارد که باید فوراً به شما اطلاع دهم؟
- بهبودی من چگونه خواهد بود؟
- آیا به کسی نیاز دارم که در هنگام نقاهت در خانه با من بماند؟ برای چه مدت؟
- آیا پس از این جراحی به مراقبت های پزشکی تخصصی نیاز خواهم داشت؟ برای چه مدت؟
- آیا در طول نقاهت پس از جراحی در معرض خطر بیشتری برای زمین خوردن هستم؟ چگونه می توانم این خطر را کاهش دهم؟
- آیا کارهایی وجود دارد که بتوانم در خانه انجام دهم تا به بهبودی ام کمک کند، مانند تغذیه، آبرسانی، استراحت و فعالیت بدنی؟
- اگر من در مورد انجام این جراحی بسیار نگران یا مضطرب هستم، چه کسی می تواند به من کمک کند؟

- اولین قرار ملاقات من بعد از جراحی چه زمانی خواهد بود؟

منابع مرتبط

عمل جراحی

چگونه ارزیابی‌های سالمندان به افراد مسن مبتلا به سرطان کمک می‌کند؟

چگونه در طول درمان سرطان ایمن و مستقل بمانیم