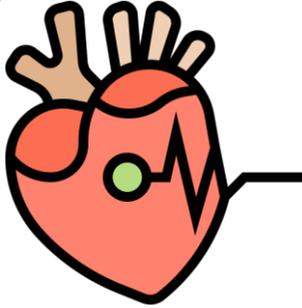




جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل  
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

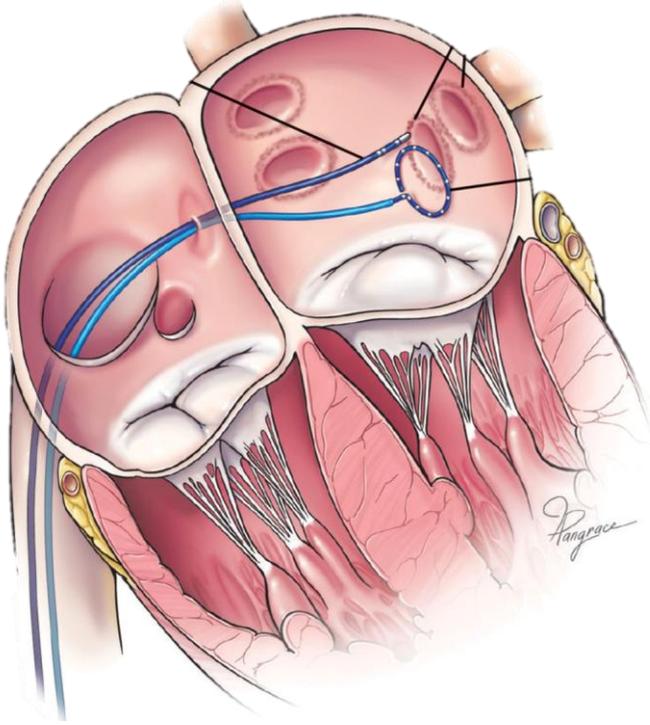
مستشفى الملك فهد الجامعي  
King Fahad Hospital The University

# الإستئصال القسطري Cardiac Ablation



## ماهو الإستئصال القسطري ؟ ( الكي )

هي عملية لتصحيح نُظم القلب الغير طبيعية عن طريق تغيير نشاط القلب الكهربائي (أو كهربية القلب) تعليمات الخروج من المستشفى هي تعليمات محددة يجب عليك اتباعها عند الخروج من المستشفى. التعليمات التالية سوف تساعدك في العناية بنفسك صحياً في المنزل ومتى يجب عليك الاتصال بأخصائي القلب الخاص بك.



## كيفية العناية بالجرح ؟



بعد العملية؛ سوف يكون لديك شق جراحي صغير مغطى بضمادة. لذلك احرص على تغييرها عندما تكون مبللة أو متسخة.



1. يمكنك الاستحمام بعد ٢٤ ساعة من العملية، ولكن احرص على تجفيف الشق الجراحي بعد الانتهاء. واستشر أخصائي القلب الخاص بك عن إمكانية أخذ السباحة في المسبح أو حوض الاستحمام الساخن.



2. يمكنك وضع كيس من الثلج في المنطقة المحيطة بالجرح في الأيام القليلة الأولى مما يمكنه المساعدة في تخفيف التورم أو الألم.

## كيفية العناية بالجرح؟



3. كمية صغيرة من الدم الجاف يعد أمرا طبيعيا.

4. قد يحتوي الجرح على كتلة صغيرة أو كدمة. هذا أمر طبيعي. إذا بدأ الجرح بالنزيف أو الإنتفاخ ، استلقِ لمدة 30 دقيقة واضغط على المنطقة.



5. لا تقم بتنظيف منطقة الشق خلال الـ 48 ساعة الأولى.



6. تجنب لبس الملابس الضيقة حول مكان الجراحة.

## ماهي الأنشطة التي تستطيع القيام بها ؟

- سوف يوصيك أخصائي القلب الخاص بك بتقليل نشاطك لفترة قد تصل لعدة أسابيع.



- خلال مرحلة التعافي ارفع معدل نشاطك تدريجيا ولا تقم برفع أو سحب أو دفع أي شيء أثقل من ٩ كجم لمدة أسبوع من العملية.



- لا تستخدم السلم لمدة يومين بعد العملية واستشر طبيبك في مدة العودة للنشاط الطبيعي.



- قد تتأخر استمرارية مفعول المخدر المستخدم خلال العملية لمدة يوم كل ما عليك هو أخذ قسط من الراحة والاسترخاء في المنزل.

## ماهي الأنشطة التي تستطيع القيام بها ؟



- تجنب الجلوس لفترات طويلة وفي حالة الجلوس قم برفع رجلك للأعلى لتمنع تجلط الدم.



- قد تشعر بالضعف والإعياء بعد العملية ولكن يجب عليك السير لمسافات قصيرة وذلك لحماية رئتيك من تجمع السوائل فيها. حيث أنه يساعد في منع تخثر الدم في أوردة القدم و الحوض. فإن عدم الحركة قد يؤدي إلى التجلطات الدموية نتيجة التخثر حتى تصل إلى الرئتين والذي بدوره يؤدي للموت.



- لا تقد السيارة بعد أخذ مسكنات ألم قوية.

## ماهي الأنشطة التي تستطيع القيام بها ؟



- تعلم كيف تتعامل مع الضغط العصبي جرب تمارين التنفس العميق أو الإسترخاء كممارسة اليوجا أو التأمل.



- حاول خسارة وزنك إذا كنت من أصحاب الوزن الزائد أو مصاب بالسمنة.



- توقف عن التدخين الذي بدوره سيصعب التعافي على جسمك.

## ماهو النظام الغذائي؟



✓ قد تحس بالوهن والغثيان بعد العملية. قم بأكل وجبات صغيرة على مدار اليوم مما سيساعدك لتمنع الشعور بالغثيان.

✓ اعتمد في اختياراتك على الأطعمة الطرية والتي يسهل على الجسم هضمها كالحساء مثلًا والتي قد تساعدك على تهدئة المعدة.

✓ ويعد الإمساك أمرًا شائعًا لذلك قم بأخذ الملين عند الحاجة خلال ٣٠ يومًا بعد العملية و ركز في وجباتك على تناول الطعام الغني بالألياف وشرب الكثير من الماء.

✓ نظم جدولك الغذائي بتحويله لنظام غذائي صحي فذلك

يساعدك في الحفاظ على صحة قلبك أيضًا واختر:

- السمك الدهني/ السمك الذي يحتوي على كمية دهون طبيعية كبيرة
- الفواكه والخضروات
- المنتجات قليلة الدسم
- المكسرات والبذور
- الحبوب الكاملة



تجنب الطعام الغني بالدهون و الكوليسترول أو الدهون

المتحولة د:

- الطعام المعلب
- صفار البيض
- الطعام المعبأ سابقاً
- اللحوم الحمراء
- الحلويات



## كيفية أخذ الأدوية ؟



- ✓ سيعطيك أخصائي القلب الخاص بك تعليمات محددة ودقيقة حول كيفية ونوعية الأدوية المناسبة لك.
- ✓ اتبع تعليمات طبيبك فيما يخص الأدوية المناسبة واستفسر عن مدة أخذ الأدوية وجرعاتها وتأكد من سبب أخذها و الآثار الجانبية لها.
- ✓ عندما تتوقف عن أخذ أحد الأدوية استشر طبيبك في مدة إمكانية أخذه من جديد خصوصًا مع مسيلات الدم
- ✓ لا تشارك قطعًا أدويةك مع أحد ولا تأخذ أي دواء لم يوصف لك من قبل طبيبك.

## متى يجب عليك الإتصال بمقدم الرعاية الخاص بك؟

أعلم أسرتك أو مقدم الرعاية الخاص بك بضرورة الاتصال بالرعاية الطبية الطارئة في حالة التشنج أو الإغماء أو فقدان الوعي .

أطلب الرعاية الطبية فور حدوث الكحة المصحوبة بالدم، البول الداكن أو الدموي، البراز الدموي أو الداكن أو الأسود، أو في حالة ضربات القلب الغير طبيعية (منتظمة).



أطلب الرعاية الطبية الطارئة في حال بدأ الشق الجراحي بالنزيف لمدة تزيد عن ٣ دقيقة مع الضغط على المنطقة أو ملاحظة وجود كدمة أو تورم الشديد.





تواصل مع طبيبك على الفور في الحالات التالية:

- صعوبة في التنفس مع الآم في الصدر
- ارتفاع درجة الحرارة عن ٣٨ درجة مئوية
- رجفة أو قشعريرة البارد
- صعوبة التبول
- الغثيان أو القيء

تواصل مع طبيبك على الفور إذا أحسست بالأعراض التالية  
في الرجل/ القدم المستخدمة خلال العملية:



- برودة أو تغير في اللون.
- خدر أو شحوب أو فقدان الإحساس  
بالطرف.
- ألم أو انتفاخ وتورم الرجل/ القدم.

## المراجعة الطبية ( مواعيد المراجعة )



- ستكون أول مواعيد المراجعة للاطمئنان على صحتك بعد 2-3 أشهر من إجراء العملية
- يمكنك كتابة أسئلتك واستفساراتك واحضارها خلال المراجعة

تواصل مع طبيب القلب إذا كانت لديك أي أسئلة أو استفسارات عن تعليمات التسريح/ الخروج من المستشفى على الأرقام التالية:

### هاتف مستشفى الملك فهد الجامعي:

0138966877

0138966713

### معمل قسطرة القلب ( Cath lab ).

تحويلة رقم 1170

### وحدة العناية القلبية (CCU):

0138957999

(تحويلة)#1241



المصادر والمراجع:

الصور المستخدمة من موقع

[www.mayoclinic.org](http://www.mayoclinic.org)

Flaticon.com و Freepik.com

المراجعة والتدقيق:

تمت مراجعة محتوى هذا الكتيب من قبل استشاريين القلب  
بمستشفى الملك فهد الجامعي.

# قسم التوعية الصحية

IAU-21-197



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل  
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي  
King Fahad Hospital The University