



## سنگ کیسه صفرا

تهیه کننده: آقای صادقی نر

ویراست علمی: سوپروایزر آموزش سلامت

تاریخ بازنگری: ۹۷/۹/۱۲



بهترین راه تامین چربی عبارت از استفاده از چربی‌های گیاهی، گوشت لخم، شیر کم‌چرب و گوشت ماهی است. چربی‌های قابل رویت باید به طور کامل از گوشت پاک شود و غذاها بیشتر از طریق پخت کردن و برشته کردن تهیه شوند. به مدت یک هفته از انجام کارهای سنگین خودداری نمایید. پس از این مدت میتوانید به فعالیتهای طبیعی و روزمره خود ادامه دهید. البته در مواردی که شکم دارای زخم باز باشد زمان شروع فعالیت کمی به تعویق خواهد افتاد ولی کلا محدودیت حرکت بیمار در این جراحی زیاد نیست.

- در صورت مشاهده هرگونه تغییر در محل عمل جراحی مانند قرمزی، تورم و التهاب، تب فوراً به پزشک معالج خود مراجعه نمایید.

- داروهای تجویز شده توسط پزشک را در منزل طبق ساعتهای دستور داده شده بطور دقیق مصرف نمایید.

ارتباط با ما و پاسخگویی به سوالات:

تلفن: ۰۵۱۵۷۲۳۶۸۳۵

بخش جراحی ۳: ۱۳۵۶



## رژیم غذایی بعد از عمل :

خوشبختانه کیسه صفرا عضوی است که افراد می‌توانند بدون آن زندگی کنند. از دست دادن آن حتی نیازی به تغییر دادن رژیم غذایی ندارد. وقتی کیسه صفرا برداشته می‌شود، صفرا مستقیماً به داخل روده کوچک می‌رود. برداشتن کیسه صفرا معمولاً درد را برطرف کرده و ممکن است نشانه‌های سوءهاضمه را کاهش دهد. البته در تعداد کمی از این افراد، اسهال دیده می‌شود، در این صورت پرهیز از غذاهای چرب، آبکی و ادویه‌دار (به مدت ۶ تا ۱۲ ماه بعد از عمل جراحی) و استفاده از داروهای ضداسهال با تجویز پزشک توصیه می‌شود. باید توجه داشت خانم‌هایی که قرص‌های خوراکی جلوگیری از بارداری مصرف می‌کنند و به وجود نشانه‌های ابتلا به سنگ صفرا مشکوک هستند، باید با پزشک خود مشورت کنند. معمولاً بعد از عمل مواد جوشیده و شیرین بهتر تحمل می‌شود رژیم غذایی نرم و کم چربی داده می‌شود. بهتر است از چربی‌های گیاهی و غیراشباع بویژه روغن زیتون به عنوان جایگزینی برای چربی‌های حیوانی استفاده کرده و غذاهای گیاهی و سبزیجات تازه را به میزان بیشتری در رژیم غذایی خود بگنجانند. مصرف سبزیجات فراوان و میوه‌ها به دلیل فیبر بالای آنها برای تمام این افراد توصیه می‌شود.



## سنگ کیسه صفرا

صفرا چیست؟ صفرا مایعی است که در کبد ساخته شده و در کیسه صفرا ذخیره و تغلیظ می گردد تا موقعی که بدن نیاز به هضم چربیها پیدا کند. در این زمان کیسه صفرا منقبض شده و صفرا را از طریق مجاری صفراوی به داخل روده کوچک می ریزد، جایی که صفرا به هضم چربیها کمک می کند .

### سنگهای صفرا چگونه تشکیل می شوند؟

سنگهای کیسه صفرا اجسام بلوری هستند که به دلیل سخت و متراکم شدن اجزای طبیعی و غیر طبیعی صفرا به وجود می آیند.

### نشانه های سنگ صفراوی چیست؟

بسیاری از افراد دارای سنگ صفراوی نشانه ای ندارند (۲۵٪).

این سنگهای (بی علامت) تداخلی با عملکرد کیسه صفرا، کبد یا لوزالمعده نداشته و عموماً نیازی به درمان ندارند.



• درد به علت انسداد مجرای خروجی صفراوی (مجرای سیستیک) و معمولاً پس از خوردن غذای پر چرب و سنگین شروع می شود و ۳۰ دقیقه تا چند ساعت طول می کشد سپس بهبود می یابد. این دردها در قسمت بالای شکم و زیر دنده های انتهایی راست حس می شود و به کتف و شانه راست و یا به اطراف معده (اپی گاستر) انتشار می یابد.

• تهوع و استفراغ

• یرقان (زردی)

• تب و لرز

• مدفوع خاکستری

• نفخ و سوء هاضمه



### تشخیص و بررسی احتمالی:

اقدامات تشخیصی می تواند شامل موارد زیر باشد. آزمایش خون، سی تی اسکن، سونوگرافی کیسه صفرا

### درمان جراحی:

کله سیستکتومی (برداشتن کیسه صفرا) درمان انتخابی سنگ کیسه صفرا و کله سیستیت حاد می باشد. کله سیستکتومی با لاپاراسکوپ امروزه بهتر از کله سیستکتومی با جراحی باز است. در این روش چند برش کوچک بر روی شکم داده می شود و از طریق آنها ابزارهای جراحی داخل می شود و با استفاده از یک دوربین ویدیویی بسیار کوچک درون شکم تصویر برداری انجام و یک نمای بسته از اندامها و بافتها روی مونیتر منتقل می شود. جراح در حالیکه به نمایشگر نگاه می کند از این وسایل برای جدا کردن دقیق کیسه صفرا از کبد، مجاری و سایر ساختمانها استفاده می کند. اما در برخی موارد جراحی باز برنامه ریزی می شود بدین صورت که در آن جراح یک برش ۱۲ الی ۲۰ سانتی متری در شکم می زند تا کیسه صفرا را بردارد. این یک جراحی بزرگ محسوب می شود. در حدود ۵ درصد جراحی های کیسه صفرا نیاز به جراحی باز می باشد.