

ניתוח לכריתת ראש הבלבל – ניתוח ע"ש וויפל

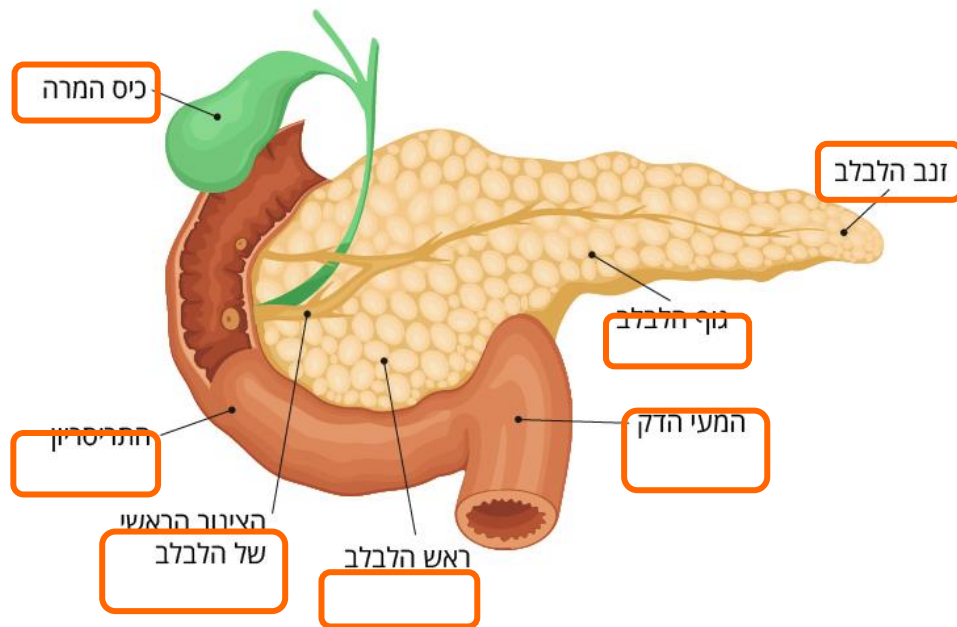
מדריך למטופל ולמשפחתו

מטופל יקר,

מדריך זה יעזור לך להתכונן לניתוח הבלבל אותו הנך עתיד לעבור בבית החולים בילינסון, וכן להבין למה לצפות בתקופת ההחלמה מן הניתוח. חשוב לקרוא מדריך זה, לפחות פעם אחת לפני הניתוח ולהיעזר בו. אנא הבא מדריך זה אתך לכל ביקור בבית החולים, גם ביום הניתוח. הצוות המטפל ימשיך להדריך אותך בהתאם למידע זה, בכל שלבי הטיפול בך.

מהו הבלבל?

הבלבל הינו בלוטה הממוקמת בין הקיבה למעי הדק. תפקיד הבלבל להפריש אנזימים המשתתפים בתהליך העיכול ומסייעים לעכל שומן. כמו כן, הבלבל מייצר שני סוגים של הורמונים: אינסולין וגלוקגון, המסייעים לווסת את רמות הסוכר בדם.



מה מטרת הניתוח?

ניתוח ע"ש וויפל הוא ניתוח לכריתה של ראש הבלב והתריסריון במקרים בהם יש גידול באזור זה. חשוב לציין, שברוב המקרים החלק הנותר מהבלב מסוגל להמשיך ולייצר הורמונים ואנזימים ולאפשר אורח חיים תקין.

מה קורה אם הבלב אינו מייצר מספיק אנזימים לאחר הניתוח?

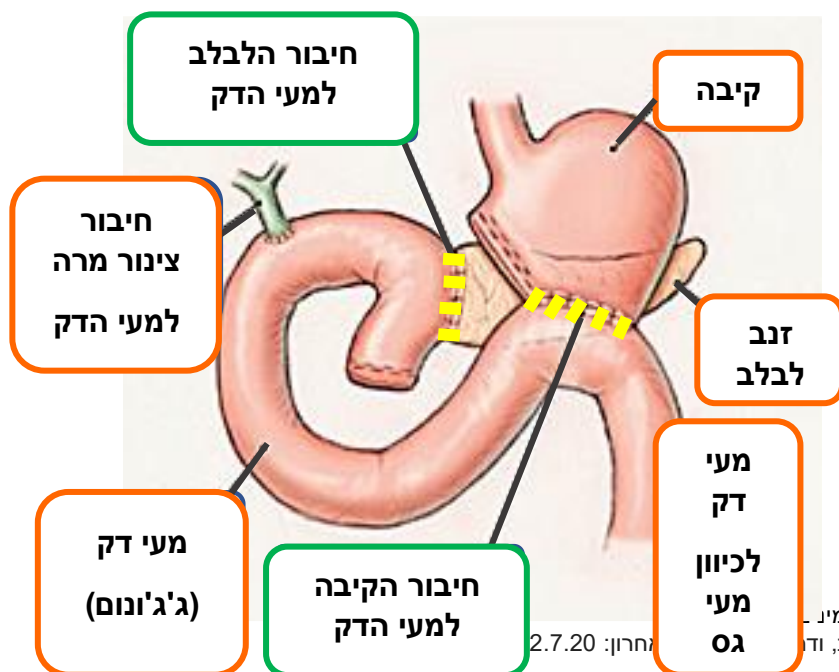
במיעוט המקרים בהם החלק הנותר של הבלב לא מייצר כמות מספיקה שלהורמונים ואנזימים, כדי לעכל את המזון שנכנס לגוף, עלול להתפתח שלשול. במקרה כזה, ייתכן שיהיה עליך ליטול תרופות יחד עם הארוחות והחטיפים, כדי להחליף את פעולת האנזימים. כמו כן, אם חלק הבלב הנותר אינו מייצר מספיק אינסולין, הדבר עלול להצביע על רמת סוכר גבוהה בדם, המהווה לעיתים רחוקות בעיה הדורשת המשך בירור רפואי. במקרה זה, הצוות הרפואי ערוך לסייע לך.

כיצד מבוצע ניתוח וויפל?

במהלך ניתוח וויפל, המנתח יסיר את ראש הבלב, התריסריון (החלק הראשון של המעי הדק), את סוף צינור המרה וכיס המרה ולפעמים יוסר גם חלק מהקיבה. לאחר מכן, המנתח יחבר את שארית צינור המרה והבלב אל החלק האמצעי של המעי הדק (ג'ג'ונום). באופן זה, אנזימי הבלב והמרה יזרמו לתוך המעי הדק, ויבטיחו פעילות תקינה כמו לפני הניתוח.

מה משך הניתוח?

ניתוח וויפל אורך בדרך כלל כחמש שעות.



* מטעמי נוחות המידע נכתב בלשון זכר, אולם הוא מתייחס לשני המינים. כתיבה מקצועית: ד"ר ערן שדות, מנהל היחידה לניתוחי כבד, לבלב, ודפנות.

כיצד להתכונן לקראת הניתוח?

הצוות הרפואי בבית החולים בילינסון יסייע לך להתכונן לניתוח, לקבל את כל המידע הדרוש ולתת מענה לכל שאלה שתתעורר. המרפאה לניתוחי כבד, לבלב ודרכי מרה בבית החולים בילינסון מתמחה בטיפול בסרטן ובגידולים בבלב. במרפאה, צוות מומחים בכיר המוביל בתחומו, ציוד מתקדם ופורץ דרך ומערך תמיכה וליווי למטופל ולבני משפחתו, מרגע האבחון ועד לסיום תהליך ההחלמה.

כדי להגיע מוכן ככל האפשר לניתוח, להלן הנחיות עליהן חשוב להקפיד:

שתיית אלכוהול

- להרגלי שתיית אלכוהול השפעה על מהלך הניתוח ואחריו. חשוב שתדבר עם הצוות הרפואי על הרגלי צריכת האלכוהול שלך, כדי שנוכל לתכנן את הטיפול הנכון ביותר עבורך. אל חשש, המידע הרפואי נותר חסוי. שאל כל שאלה ושתף אותנו.
- צריכת אלכוהול באופן קבוע, עלולה לסכן את הצלחת הניתוח ולגרום לסיבוכים הכוללים: דימום, זיהומים, בעיות לב ואשפוז ממושך יותר.
- הפסקת צריכת אלכוהול באופן פתאומי - עלולה לגרום לפרכוסים, להזיות ובמקרה קיצוני אף למוות. אם לצוות הרפואי יהיה את המידע הנכון והמדויק, ניתן יהיה לטפל תרופתית בהתאם ולמנוע נזק גדול יותר.
- **יש להימנע משתיית אלכוהול, מרגע שנקבע תאריך לניתוח.**
- במקרים בהם חשים כאבי ראש, בחילות, חרדה מוגברת, או קשיי שינה, חובה לדווח לרופא באופן מיידי. אלו סימנים מוקדמים לתסמונת גמילה מאלכוהול, וניתן לטפל בהם.

עישון

עישון עלול לגרום לבעיות נשימה בזמן הניתוח. הפסקת עישון, אפילו מספר ימים לפני הניתוח, עשויה להועיל.

דום נשימה בשינה

דום נשימה בשינה הוא הפרעת נשימה נפוצה, המתאפיינת בהפסקת נשימה לפרקי זמן קצרים במהלך השינה. הסוג הנפוץ ביותר הוא דום נשימה בשינה (OSA) בו דרכי הנשימה נעצרות לחלוטין במהלך השינה. הדבר יכול לגרום לבעיות חמורות במהלך ולאחר הניתוח. אנא ספר לנו אם הנך סובל מדום נשימה בשינה, גם אם טרם

אובחנת. חולים הנעזרים במכונת נשימה (כגון CPAP) לטיפול בדום נשימה בשינה מתבקשים, להביא אותה לאשפוז בבית החולים.

חודש לפני הניתוח

מרפאת טרום ניתוח

לפני הניתוח שלך, תוזמן למרפאת טרום ניתוח. במרפאה, תיפגש עם הרופא המרדים, עם כירורג ואחות. ביום זה אתה יכול לאכול כרגיל וליטול את התרופות הרגילות שלך.

לפגישה זו יש להביא את המסמכים הבאים:

- רשימה של כל התרופות שאתה נוטל.
- תוצאות של כל הבדיקות שנעשו מחוץ לבית החולים בילינסון, למשל: בדיקות דם, אקו לב (echocardiogram) ודופלר הצוואר.

כיצד ניתן לסייע להצלחת הניתוח?

- **תרגילי נשימה ושיעול:** לפני הניתוח יש לתרגל נשימות עמוקות ושיעול. בנוסף, תקבל מכשיר ספירומטר שיסייע לך להרחיב את הריאות.
- **תרגול אירובי:** תרגול אירובי יסייע לגוף שלך להיות במצב הטוב ביותר לפני הניתוח, וכן יקל על תהליך ההתאוששות. כדאי לבצע תרגול אירובי מדי יום, למשל: הליכה של לפחות קילומטר אחד, שחייה או רכיבה על אופניים. ניתן אף להשתמש במדרגות הבית.
- **תזונה בריאה:** מומלץ להקפיד על תזונה בריאה, לפני הניתוח ולשמור על תפריט מאוזן היטב. במרפאה צוות יועצות תזונה ודיאטניות שיסייע במידת הצורך.

עשרה ימים לפני הניתוח

אילו תרופות אסור ליטול בפרק זמן זה?

יש להפסיק ליטול ויטמין E, כ- 10 ימים לפני הניתוח. כמו כן, יש לשאול את המנתח לגבי נטילת: אספירין, פלוויקס, קומדין ומדללי דם נוספים, חלקם עלולים לגרום לדימום במצבים מסוימים.

האם צריך להכין את המעי לפני הניתוח?

אם יעלה צורך להכין את המעי לפני הניתוח, האחות תדריך אותך כיצד יש לנהוג.

שבוע לפני הניתוח

אילו תרופות אסור ליטול בפרק זמן זה?

שבוע לפני הניתוח, יש להפסיק ליטול תרופות נוגדות דלקת (NSAID) כגון: איבופרופן, אדוויל, נפרוקסן ועוד, כי הן עלולות לגרום לדימום.

ומה לגבי תרופות טבעיות, צמחי מרפא ותוספי תזונה?

תרופות טבעיות, צמחי מרפא או תוספי תזונה, יש להפסיק ליטול לחלוטין שבוע לפני הניתוח. כמו כן, יש להימנע עם הרופא או האחיות לגבי נטילת מולטי ויטמין.

יום לפני הניתוח

מה מותר לאכול?

יום לפני הניתוח, אין לאכול מזון מוצק. מותר לשתות נוזלים צלולים בלבד, כאלה שניתן לראות דרכם, לפחות כוס של נוזל צלול בכל שעה, בזמן שהינך ער.

מטופל שנדרש להכין את המעי, צריך להתחיל בהכנות יום לפני הניתוח. במהלך ההכנות אין לאכול מזון מוצק ויש לשתות נוזלים רבים. הנוזלים המומלצים הם: מים, מיץ צלול, תה או משקאות אנרגיה - לפחות כוס נוזל אחת בכל שעה בזמן שהינך ער.

שינה - ערב הניתוח מומלץ ללכת לישון מוקדם ולנסות לישון לילה שלם.

הוראות אכילה ושתייה לפני הניתוח

- בלילה שלפני הניתוח לאחר חצות (24:00) - אסור לאכול.
- מחצות (24:00) ועד שעתיים לפני מועד ההגעה המתוכנן לניתוח ניתן לשתות סך של 350 מ"ל מים או מיץ צלול.
- החל משעתיים לפני מועד ההגעה המתוכנן לניתוח עליך להיות בצום מוחלט – אסור לאכול או לשתות כלל (גם לא מים).

לאחר הניתוח

למה לצפות מיד לאחר הניתוח?

עם סיום הניתוח תועבר ליחידת ההתאוששות, לטובת התעוררות ולהמשך השגחה וטיפול. בשעות הראשונות תהיה מחובר לחמצן, באמצעות צינור דק הנמצא מתחת לאף. אחות היחידה תעקוב אחר טמפרטורת הגוף שלך, הדופק, לחץ הדם ורמות החמצן שלך. שוקי הרגליים שלך יכוסו במעין גרביים מתנפחים, המסייעים בזרימת הדם ובמניעת היווצרות קרישי דם. ייתכן שתהיה מחובר לקתטר, כדי לפקח על כמות השתן שלך. אם לא יחובר לך קתטר אפידורלי, תקבל משככי כאבים ישירות לווריד. כמו כן, יתכן שתחובר למשאבת כאב (PCA), באמצעותה תוכל לשלוט על כמות משככי הכאבים שתקבל. בכל לחיצה על כפתור תקבל מנה נוספת.

מתי אוכל לראות מבקרים?

מבקרים יורשו להיכנס ליחידת ההתאוששות, החל משעה וחצי מתום הניתוח. חבר צוות ילווה את המבקר לביקור קצר אחד. חשוב לציין, לא ניתן לשהות זמן ממושך לצד המנותח ביחידת ההתאוששות.

מה משך השהייה ביחידת ההתאוששות?

משך השהייה ביחידת ההתאוששות נקבע בהתאם לסוג הניתוח. יתכן שתישאר ביחידה למשך הלילה. לאחר השהייה ביחידת ההתאוששות, תועבר לחדר במחלקה הכירורגית.

אשפוז במחלקה הכירורגית

במחלקה הכירורגית תעבור בהדרגה, בתמיכת האחות, לישיבה על כיסא. צוות המחלקה ידאג לתת לך הנחיות להמשך האשפוז.

בכל יום יש זמן מוגדר לשיחה עם מנתח בכיר במחלקה.

במהלך האשפוז, כיצד אוכל לסייע לתהליך השיקום?

- הליכה: מסייעת להפחית את הסיכון להיווצרות קרישי דם ודלקת ריאות, ומסייעת לעורר את פעילות המעיים.
- צוות המחלקה יסייע לך בהליכה ואף תקבל תרופות במידת הצורך, כדי להקל על הכאב.
- ספירומטר: שימוש קבוע בספירומטר יסייע לריאות להתרחב וימנע דלקת ריאות.

תשובות לשאלות נפוצות:

האם ארגיש כאב לאחר הניתוח?

בימים הראשונים לאחר הניתוח הינך צפוי להרגיש כאב. הרופא והאחות במחלקה ישאלו אותך על מידת הכאב ויתאימו לך תרופות לפי הצורך. שים לב, אם אתה חש שהכאב אינו תחת שליטה, שתף את הרופא או האחות. כמו כן, לפני השחרור תקבל מרשם לתרופות נגד כאבים, אולם חשוב לדעת שהן עלולות לגרום לעצירות.

האם מותר לאכול לאחר הניתוח?

לאחר הניתוח תורשה לאכול. על התפריט להיות מאוזן ועשיר בחלבון, כדי לסייע לך בהחלמה. התזונה שלך צריכה לכלול חלבון בריא בכל ארוחה, וכן פירות, ירקות ודגנים מלאים. דיאטנית המחלקה תסייע לך בבניית תפריט וייעוץ לתזונה מאוזנת ובריאה שתתאים למצבך.

מה משך האשפוז בבית החולים?

משך האשפוז המשוער לאחר ניתוח וויפל הוא כשבעה ימים, אולם הוא משתנה מאדם לאדם ותלוי באופי הניתוח ובמהירות ההתאוששות.

שחרור מבית החולים והמשך טיפול

כאב

עוצמת הכאב ומשכו שונים מאדם לאדם. הכאב עלול להמשך גם לאחר השחרור מבית החולים, ויתכן שתצטרך ליטול תרופות נגד כאבים. ההנחיות הבאות יסייעו לך:

- קח את התרופות, בהתאם להוראות ובמידת הצורך.
- אם התרופה שניתנה לך אינה מקלה על הכאב, אנא פנה לרופא המטפל בך.
- שים לב! אין לנהוג או לשתות אלכוהול, כל עוד הינך נוטל תרופות נגד כאבים.
- ככל שהחתך יחלים, כך גם יפחת הכאב ולא תזדקק למשככי כאבים. ניתן להשתמש במשככי כאבים קלים כגון: אקמול, אדוויל או אופטלגין - שיקלו על הכאבים ואי הנוחות שלך. עם זאת, נטילת כמויות גדולות של כדורים אלו עלולה להזיק לכבד שלך. אין ליטול תרופות מעבר למינון המומלץ של היצרן או מעבר לכמות שהמליצו הרופא והאחות.

עצירות

- כדי למנוע עצירות, יש ללכת לשירותים בזמן קבוע בכל יום, הרגל זה יסייע לגוף להתרגל.
- אם אתה מרגיש דחף ללכת לשירותים, אל תדחה אותו. נסה להשתמש בשירותים בין חמש דקות לרבע שעה לאחר הארוחות.
- הזמן הטוב ביותר להתפנות הוא אחרי ארוחת הבוקר, אז הרפלקסים של המעי הגס חזקים ביותר.
- יש לשתות כל יום כשני ליטרים (שמונה כוסות) של נוזלים, ללא קופאין. כמובן שהכי מומלץ לשתות מים.
- יש להגדיל את צריכת כמות הסיבים התזונתיים בהדרגה ל-25 עד 35 גרם ליום. בנוסף, מומלץ לצרוך פירות, ירקות, דגנים מלאים ודגנים המכילים סיבים. אם יש לך סטומה או עברת לאחרונה ניתוח במעי, עליך להתייעץ עם הרופא או האחות, לפני שינויים בתזונה.
- תרופות יכולות לסייע לך בטיפול בעצירות. תרופות מומלצות ללא מרשם הן:
 - שמן פראפין - 30 מ"ל ליום.
 - פוליאטילן גליקול - גרם אחד מדי יום.
 - לקסאדין 5 מ"ג ליום.
- אם לא הייתה לך פעילות מעיים במשך יומיים, התקשר לרופא או לאחות.

כיצד יש לנהוג בזמן המקלחת?

בזמן המקלחת, השתמש בסבון ושטוף בעדינות את החתך הניתוחי. לאחר הרחצה התנגב במגבת והשאר את החתך חשוף (אלא אם יש ממנו הפרשה). מקלחת חמה עשויה להרגיע אותך ולסייע בהפחתת כאבי שרירים. אם אזור החתך אדמומי או סובל מהפרשה, אין לרחוץ באמבטיות (רק מקלחות) וזאת עד לפגישת המעקב הראשונה במרפאה.

תחושת שובע לאחר ניתוח

תחושת שובע וירידה בתיאבון הן תופעות נפוצות לאחר ניתוח. נסה לאכול ארוחות קטנות לאורך היום, שכוללות את כל אחת מקבוצות המזון (למשל: פירות/ירקות, בשר/עוף/דגים, לחמים/דגנים, מוצרי חלב).

האם מותר לשתות אלכוהול?

אסור לשתות אלכוהול לחלוטין, עד לפגישת הביקורת במרפאה עם הרופא או האחות.

החתך הניתוחי

- מיקום החתך תלוי בסוג הניתוח שעברת.
- תהליך ההחלמה של החתך הניתוחי מתחיל כבר בימים הראשונים לאחר הניתוח.
- החלף את התחבושות, לפחות פעם ביום ולעתים קרובות יותר, אם הן רטובות מהפרשה. אם אין הפרשה מהחתך, ניתן להשאירו חשוף.
- יתכן שתרגיש קהות חושים של העור, סביב החתך, הנגרמת בגלל מיקום החתך הניתוחי. התחושה תשתפר עם הזמן.
- אם מתחילה הפרשה מהחתך, צור קשר עם הרופא או האחיות.

עייפות

תחושת עייפות היא תלונה נפוצה לאחר ניתוח מסוג זה. ייתכן שתזדקק לתנומה במהלך היום, אולם בשאר שעות היום הקפד להישאר מחוץ למיטה, ככל האפשר. תחושת העייפות חולפת כ-6 עד 8 שבועות לאחר הניתוח, אז חוזרת רמת האנרגיה למצב הנורמלי.

מתי אוכל לשוב לשגרה?

- חשוב לחדש את הפעילות היומיומית לאחר הניתוח. יש לפזר את הפעילות לאורך כל שעות היום. ניתן לבצע משימות ביתיות קלות כמו שטיפת כלים, כל עוד הינך מרגיש שאתה מסוגל.
- שים לב! ייתכן שתיווצר נפיחות בשתי הרגליים התחתונות. התופעה ידועה ומשתפרת עם הזמן. אם הנפיחות מחמירה ומפריעה לפעילות שלך, אנא צור קשר עם הרופא.
- ניתן לחזור לפעילות מינית רגילה, כאשר החתך נרפא והדבר אינו כרוך בכאב או בעייפות.
- היה קשוב לגוף שלך, הוא מדריך מצוין ויספר לך אם התאמצת יותר מדי. כשתבחר להגדיל את היקף הפעילות שלך, יש לעקוב אחר תגובת הגוף. אתה עשוי לגלות שרמת האנרגיה שלך גבוהה יותר בשעות שונות של היום, בהתאם, יש לתכנן את הפעילויות לזמנים אלה.

מתי אוכל לחזור לנהוג?

ניתן לחזור לנהוג כשלושה שבועות לאחר הניתוח, כל עוד אינך נוטל תרופות נגד כאבים, שעלולות לגרום לטשטוש או לנמנום.

מתי אוכל לחזור לעבודה?

הזמן שנדרש כדי לחזור לעבודה תלוי בסוג העבודה בה אתה עובד, בסוג הניתוח שעברת וכן באיזו מהירות הגוף שלך מתאושש. התייעץ עם הרופא המטפל בך.

איזו פעילות גופנית מומלצת?

פעילות גופנית תסייע לך לצבור כוח ולהרגיש טוב יותר. בין הפעילויות המומלצות לביצוע לאחר ניתוח זה: הליכה וטיפוס במדרגות. עם הזמן ובהדרגה, תוכל להגדיל את המרחק והמאמץ, אולם בשלב ראשון יש לטפס לאט במדרגות, לנוח או לעצור לפי הצורך. התייעץ עם הרופא או האחיות לפני התחלת ביצוע תרגילים מאומצים יותר.

מתי ניתן להרים חפצים כבדים?

עליך להימנע מהרמת משקל של למעלה מ- 2.5 קילו, כשישה שבועות לאחר הניתוח. בביקורת לאחר הניתוח התייעץ עם הרופא בנושא זה.

התמודדות רגשית

ניתוח מסוג זה עלול לגרום לך לטלטלה רגשית. הדבר עלול להתבטא ברגשנות יתר, בכי, עצב, דאגה, עצבנות, כעס ותחושה כללית שלא תמיד ניתן לשלוט בחלק מהרגשות. אנו ממליצים להסתייע בתמיכה רגשית מקצועית וכן להיתמך בסובבים אותך.

הצעד הראשון בהתמודדות הוא לדבר על איך אתה מרגיש – לשתף משפחה וחברים שיכולים לעזור. כמו כן, האחיות, הרופא והעובדת הסוציאלית יכולים להרגיע, לתמוך ולהדריך אותך ואת בני משפחתך. קבלת עזרה מבעלי מקצוע אלו, גם בזמן האשפוז וגם בתקופת ההחלמה בבית יעזרו לך. בית החולים בילינסון וקופות החולים מעמידים משאבים רבים למטופלים ולבני משפחותיהם להתמודדות עם ההיבטים הרגשיים של הניתוח, ההחלמה והחזרה לשגרה.

יצירת קשר:

מרפאת כבד לבלב ודרכי מרה: 03-937-6421

עוד עלינו באתר האינטרנט של מרכז רפואי רבין – בילינסון: www.rmc.org.il

צוות המערך לכירורגיה כללית

מאחל לך בריאות שלמה וישמח לענות לכל שאלה