

การผ่าตัดทวารเทียม

การผ่าตัดทวารเทียม

หมายถึง การนำลำไส้มาเปิดออกทางหน้าท้องเพื่อขับถ่ายอุจจาระ อาจจะเป็นแบบชั่วคราวหรือถาวร ขึ้นกับภาวะโรคของแต่ละคน ซึ่งการผ่าตัดทวารเทียมนั้นเป็นการรักษาโรคมะเร็งลำไส้วิธีหนึ่ง



เมื่อผ่าตัดแล้ว ผู้ป่วยมักมีความเครียดและวิตกกังวล เนื่องจากความเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไป การใช้ชีวิตในสังคม แต่หากมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องของการผ่าตัดทวารเทียมและการดูแลตนเอง จะทำให้สามารถปรับตัวยอมรับสภาพและโรคที่กำลังเผชิญอยู่

การดูแลตนเองก่อนการผ่าตัดทวารเทียม

การเตรียมด้านจิตใจ

คุณควรรู้ว่า ยิ่งตรวจพบมะเร็งและได้รับการรักษาเร็ววันเท่าไร โอกาสหายยิ่งมีมากขึ้นเท่านั้น การดูแลทวารเทียมไม่ใช่เรื่องยาก คุณภาพชีวิตยังเหมือนเดิม แพทย์ พยาบาล จะเป็นผู้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับชนิดของการผ่าตัด ควรซักถามให้หายข้อสงสัย

การเตรียมด้านร่างกายก่อนการผ่าตัด

1. การดูแลทำความสะอาดร่างกายก่อนเข้ารับการผ่าตัด รวมทั้งการทำสะอาดโคนขน

2. การเตรียมความสะอาดลำไส้เพื่อพร้อมผ่าตัดได้แก่
 - การรับประทานยาระบายก่อนการผ่าตัด
 - การสวนทวารหนักด้วยน้ำสบู่น้ำเกลืออุ่น
3. การรับประทานยาปฏิชีวนะในวันก่อนการผ่าตัด
4. การงดอาหารและน้ำ หลังเที่ยงคืนวันผ่าตัด
5. ฝึกการหายใจเข้า - ออกลึกๆ เพื่อการหายใจที่มีประสิทธิภาพหลังผ่าตัดเมื่อฟื้นตัวจากยาสลบได้เร็ว
6. การถอดเครื่องประดับของมีค่า ฟันปลอม ออกจากร่างกาย
7. การได้รับสารน้ำทางหลอดเลือดดำ
8. การได้รับการใส่สายสวนปัสสาวะเพื่อระบายน้ำปัสสาวะขณะผ่าตัด
9. การได้รับ การใส่สายทางจมูกลงกระเพาะอาหารเพื่อระบายเศษอาหารที่ค้างค้างในกระเพาะอาหารออกมา



การดูแลตนเองหลังการผ่าตัดทวารเทียม

วิธีทำความสะอาดทวารเทียมและผิวหนัง

โดยรอบ (กรณีผู้มีทวารเทียมทางหน้าท้อง)

1. ล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำสบู่ ลอกหรือถอดอุปกรณ์รองรับจากผิวหนัง



2. ทำความสะอาดทวารเทียมและผิวหนังโดยรอบทวารเทียมด้วยน้ำสบู่อุ่น เช็ดหรือล้างคราบสบู่ออกให้หมดด้วยน้ำสะอาด ซับผิวหนังโดยรอบทวารเทียมให้แห้ง
3. กรณีใช้อุปกรณ์แบบ 2 ชั้น และเป็นยังใช้การได้ดี ให้ทำความสะอาดทวารเทียมและวงด้านในของแป้นด้วยสำลีชุบน้ำสะอาดพอหมาด ๆ จนหมดคราบสกปรก
4. เตรียมพร้อมที่จะปิดอุปกรณ์รองรับสิ่งขับถ่าย

วิธีการใช้อุปกรณ์รองรับสิ่งขับถ่าย

1. เลือกถุงที่มีขนาดของทวารเทียมเท่ากับขนาดทวารเทียมของท่าน
2. กรณีที่ต้องตัดขนาดวงของทวารเทียมเอง ใช้แบบวัดเทียบขนาด หรือลอกขนาดทวารเทียมของท่านลงบนแผ่นพลาสติกใส นำไปเป็นแบบเพื่อตัดขนาดวงทวารเทียมที่ถูกต้อง
3. หลังจากตัดเสร็จเรียบร้อยแล้ว ลอกกระดาษออก นำถุงไปเปิดครอบทวารเทียมของท่าน ให้ตัวถุงติดสนิทกับผิวหนังโดยรอบ โดยเริ่มติดที่ส่วนล่างของทวารเทียมก่อน ยกเว้นกรณีใช้ถุงแบบ 2 ชั้น ให้ลอกกระดาษออก นำแป้นไปปิดครอบทวารเทียม เริ่มติดส่วนล่างก่อนและติดให้ตัวแป้นแนบสนิทกับผิวหนังโดยรอบ แล้วติดถุงรองรับให้แน่นสนิทกับแป้นโดยเริ่มติดส่วนล่างก่อน
4. กรณีใช้ถุงปลายปิด พับถุงรองรับขึ้น 1 นิ้ว ปิดปลายถุงให้สนิทด้วยคลิปหรือหนังยาง

การปฏิบัติงานในกิจวัตรประจำวัน

การปฏิบัติตนในกิจวัตรประจำวัน ท่านสามารถปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ เข้าสังคมและทำงานได้ เมื่อมีสภาพร่างกายแข็งแรงดี

การรับประทานอาหาร

สำหรับผู้ที่มีทวารเทียมที่เปิดออกจากลำไส้เล็ก ส่วนปลาย ในระยะ 2 เดือนแรกหลังผ่าตัดให้งดอาหารที่มีเส้นใยมาก เช่น ถั่วและผลไม้แห้ง หลังจากนั้นจึงค่อยๆ เริ่มรับประทานอาหารที่ละเอียด เพื่อป้องกันท้องผูกและลำไส้อุดตัน ส่วนท่านที่มีทวารเทียมที่เปิดออกจากลำไส้ใหญ่ มักจะไม่มีข้อจำกัดพิเศษใดๆ ยกเว้นในกรณีที่มีปัญหา เช่น

- **กรณีมีแก๊สมาก** ควรหลีกเลี่ยงอาหารตระกูลถั่ว น้ำอัดลม การเคี้ยวหมากฝรั่งและการพูดคุยขณะรับประทานอาหาร
- **กรณีที่มีกลิ่น** ควรหลีกเลี่ยงอาหารทะเล ผัก สะตอ ชะอม และเครื่องเทศต่างๆ
- **กรณีท้องเสีย** ควรหลีกเลี่ยงอาหารรสจัด เครื่องเทศและเครื่องดื่มน้ำมาก ๆ
- **กรณีท้องผูก** ควรรับประทานอาหารที่มีเส้นใย เช่น ผัก ผลไม้ และเครื่องดื่มน้ำมาก ๆ

การแต่งกาย

ท่านสามารถแต่งกายได้ตามปกติ ควรสวมเสื้อผ้าที่หลวมเล็กน้อย ใช้เสื้อคลุม กระโปรงหรือกางเกงที่มีจีบด้านหน้าเพื่อช่วยพรางตา สามารถใช้กางเกงชั้นในตัวหลวมที่คลุมถุงรองรับสิ่งขับถ่าย หรือใช้กางเกงชั้นในที่มีขอบเอวอยู่ใต้ถุงรองรับสิ่งขับถ่าย

การออกกำลังกาย

หลังผ่าตัด 3 – 6 เดือน สามารถออกกำลังกายได้ตามปกติ เช่น วิ่ง ว่ายน้ำ เป็นต้น หลีกเลี่ยงกีฬาที่หักโหม รุนแรง เช่น รักบี้ ฟุตบอล ชกมวย ไม่ควรยกของหนัก เพราะอาจเป็นสาเหตุการเกิดไส้เลื่อนได้

การอาบน้ำ

สามารถอาบน้ำได้ตามปกติ โดยปิดอุปกรณ์รองรับหรือไม่ปิดก็ได้ หลังอาบน้ำให้รีบซับทุกส่วนของอุปกรณ์รองรับที่ปิดอยู่เดิมให้แห้ง หรือรีบ เปลี่ยนอุปกรณ์รองรับชุดใหม่

การเดินทาง

ท่านสามารถเดินทางไปต่างๆ ได้ เพียงแค่เตรียมอุปกรณ์รองรับสำรองไปด้วย 2 – 3 ชุด

การมีเพศสัมพันธ์

ท่านสามารถมีเพศสัมพันธ์ได้ตามปกติ เมื่อมีสภาพร่างกายแข็งแรง ควรเปลี่ยนหรือระบายสิ่งขับถ่ายหรืออุปกรณ์รองรับก่อนมีเพศสัมพันธ์ ถ้ามีปัญหาท่านสามารถขอรับคำปรึกษาจากแพทย์และพยาบาลผู้ดูแลได้

อาการผิดปกติที่ควรรีบไปพบแพทย์

1. แผลเปื่อยและผิวหนังอักเสบมากรอบทวารเทียม
2. ช่องเปิดตีบหรือลำไส้ยื่นมาผิดปกติ
3. ไส้เลื่อน
4. ท้องเสียรุนแรงมาก อุจจาระเหม็นผิดปกติเกิน 2 อาทิตย์
5. ช่องเปิดลำไส้บวมเป็นสีแดงคล้ำ
6. เลือดออกมาก

การดูแลตนเอง ก่อน – หลังผ่าตัด ทวารเทียม



เรียบเรียงโดย .. หอผู้ป่วยศัลยกรรมชาย

โทร. 056 – 219888 ต่อ 1402

ผลิต / เผยแพร่โดย .. กลุ่มงานสุขศึกษา

โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ จังหวัดนครสวรรค์

โทร. 056 – 219888 ต่อ 5200, 9801