

Chăm sóc Sau thủ thuật TAVI



Edwards

Mục lục

Giới thiệu 3

Sau thủ thuật TAVI, tôi nên mong đợi điều gì?

Hướng dẫn cho những tuần đầu tiên tại nhà 5

Tuần 1

Tuần 2-3

Tuần 3-6

Tuần 4-6

Câu hỏi Thường gặp 7

Những điều gì cần lưu ý khi tôi về nhà sau khi làm thủ thuật TAVI?

Cách chăm sóc vết mổ/vết thương?

Tôi nên vận động ở mức độ nào?

Điều gì có thể khiến tôi lo lắng và cần phải tìm kiếm sự chăm sóc từ bác sĩ/đội ngũ tim mạch của tôi?

Tôi có cần dùng bất kỳ loại thuốc đặc biệt nào sau thủ thuật TAVI không?

Thẻ van tim để làm gì?



Hơn 1,000,000 người trên toàn thế giới đã được làm thủ thuật TAVI.

TAVI là thủ thuật thay van động mạch chủ bị bệnh ở những người bị hẹp động mạch chủ nặng. Đây là thủ thuật ít xâm lấn hơn so với phẫu thuật tim hở, có thể giúp quý vị phục hồi nhanh hơn.



Giới thiệu

Sau thủ thuật TAVI, tôi nên mong đợi điều gì?



Lập kế hoạch trước

Đôi khi rất khó để dự đoán quý vị sẽ cần trợ giúp đến mức nào sau thủ thuật TAVI. Lập kế hoạch trước là việc hữu ích. Quý vị nên có một người chăm sóc sẵn sàng trợ giúp trong ít nhất một tuần sau thủ thuật. Hầu hết mọi người sẽ cảm thấy khỏe hơn sau khoảng 1-2 tháng.



Giữ liên lạc với đội ngũ chăm sóc

Đội ngũ TAVI của quý vị (bác sĩ hoặc y tá) sẽ cung cấp các hướng dẫn chăm sóc theo dõi bổ sung và cụ thể hơn, có thể bao gồm việc đăng ký cho quý vị tham gia một chương trình phục hồi chức năng chăm sóc tim. Để đảm bảo quý vị đang hồi phục như dự kiến, quý vị nên đến các buổi thăm khám theo lịch trình với đội ngũ chăm sóc TAVI của mình.

Quý vị sẽ được cung cấp một bản tóm tắt về việc điều trị của mình, và quý vị nên chia sẻ bản tóm tắt này với bác sĩ gia đình hoặc các bác sĩ đang chăm sóc cho quý vị.

Nếu việc chăm sóc theo dõi của quý vị sẽ được thực hiện bởi Bác sĩ TAVI đã thực hiện thủ thuật TAVI cho quý vị, thì điều quan trọng là cần liên hệ với bác sĩ chính của quý vị để cho bác sĩ chính biết thủ thuật đã diễn ra như thế nào.

Trong quá trình bình phục, điều quan trọng là phải gọi điện hoặc đến gặp đội ngũ chăm sóc của mình bất kỳ khi nào quý vị có thắc mắc hoặc lo lắng, đặc biệt nếu quý vị gặp bất kỳ vấn đề bất thường nào như chảy máu, đau, khó chịu khác hoặc những thay đổi về sức khỏe tổng thể của mình.

Giới thiệu

Sau thủ thuật TAVI, tôi nên mong đợi điều gì?



Tìm kiếm sự hỗ trợ sau thủ thuật TAVI

Trong quá trình bình phục sau thủ thuật TAVI, việc trải qua nhiều cung bậc cảm xúc là điều bình thường. Sẽ hữu ích khi chia sẻ kinh nghiệm và cảm giác của quý vị với những người khác. Quý vị cũng có thể tìm các nhóm hỗ trợ địa phương (thông qua đội ngũ chăm sóc của mình), nếu có, nơi quý vị có thể gặp gỡ và chia sẻ kinh nghiệm cũng như các mẹo về quản lý giai đoạn sau thủ thuật này.

Sau khi xuất viện, có một số điều quan trọng cần ghi nhớ:

- Quý vị sẽ cần phải bảo vệ vết mổ và giúp vết mổ lành lại.
- Quý vị có thể bị nhức và đau, đây là diễn biến bình thường của quá trình lành bệnh. Đội ngũ Chăm sóc Sức khỏe của quý vị có thể kê đơn thuốc để giúp giảm bớt những tình trạng này.
- Hãy đảm bảo quý vị tiếp tục bài tập thở để mở rộng lá phổi và ngăn ngừa các biến chứng như viêm phổi.

Trong quyển sổ tay này, quý vị hoặc người chăm sóc có thể tìm thấy hướng dẫn chi tiết về những điều sẽ xảy ra và cách chăm sóc bản thân sau thủ thuật TAVI khi quý vị về nhà.

Hướng dẫn cho những tuần đầu tiên tại nhà



Luyện tập là một phần quan trọng trong quá trình bình phục, nhưng quý vị nên hoạt động nhẹ nhàng trong vài ngày đầu ở nhà. Hãy duy trì mức độ hoạt động giống như ngày cuối cùng ở bệnh viện. Hãy nhớ tiếp tục các bài tập thở sâu mà chuyên gia vật lý trị liệu đã hướng dẫn quý vị và từ từ tăng dần hoạt động mỗi ngày. Xin hãy nhớ rằng nghỉ ngơi rất quan trọng, vì vậy hãy chợp mắt hoặc nghỉ ngơi khi cần.

Hãy chấp nhận những giới hạn của mình và đừng cố gắng quá sức. Không nâng vật nặng, ngồi xổm hoặc leo cầu thang thường xuyên trong tuần đầu tiên. Hãy đi dạo với ai đó mỗi ngày và tăng dần khoảng cách.

Quý vị vẫn có thể cần một số loại thuốc giảm đau trong tuần đầu tiên này - quý vị sẽ thấy thuốc có hiệu quả hơn nếu dùng thường xuyên, ví dụ: hai viên Paracetamol 500mg, 4 lần mỗi ngày. Không được lái xe.



Hướng dẫn cho những tuần đầu tiên tại nhà



Quý vị sẽ bắt đầu cảm thấy khỏe hơn và có thể thực hiện nhiều hoạt động quanh nhà hơn. Hãy tăng khoảng cách đi bộ và nhớ cố gắng thực hiện điều này mỗi ngày. Xin nhắc lại, không nên gắng sức quá mức và hãy nhớ nghỉ ngơi khi cần thiết. Quý vị có thể bắt đầu làm những công việc nhà nhẹ nhàng. Quý vị sẽ thấy mình có thể thực hiện các chuyến đi ngắn đến cửa hàng để mua các món đồ nhẹ.



Quý vị sẽ có thể thực hiện hầu hết các công việc nhà thông thường, nhưng vẫn cần tránh làm vườn nặng nhọc hoặc mang vác nặng. Tránh ngồi xổm để làm việc trên sàn nhà. Hầu hết bệnh nhân cảm thấy họ trở lại các hoạt động bình thường vào một thời điểm nào đó trong giai đoạn này, nhưng điều quan trọng cần nhớ là quý vị đã trải qua phẫu thuật.



Quý vị sẽ được bác sĩ khám tại phòng khám ngoại trú.



Câu hỏi Thường gặp

1. Những điều gì cần lưu ý khi tôi về nhà sau khi làm thủ thuật TAVI?



Nghỉ ngơi, ngủ và thư giãn

Trong vài tuần đầu tiên ở nhà, quý sẽ thấy dễ bị mệt hơn (do căng thẳng vì phẫu thuật hoặc có thể bị thiếu máu), vì vậy việc nghỉ ngơi và ngủ đủ giấc cũng quan trọng đối với sự bình phục như tập thể dục. Hãy nói với gia đình và bạn bè khi quý vị cần nghỉ ngơi. Cố gắng ngủ từ bảy đến mười tiếng mỗi đêm nếu có thể. Quý vị có thể cảm thấy khó ngủ trong tuần đầu tiên sau khi xuất viện, vì thói quen ngủ bình thường của quý vị có thể đã bị xáo trộn. Nếu quý vị cảm thấy khó chịu, hãy đảm bảo rằng quý vị đang dùng thuốc giảm đau. Hãy nhớ lắng nghe nhu cầu của cơ thể và nghỉ ngơi, ngủ khi cần thiết.



Chế độ ăn

Nên ăn theo chế độ ăn ít natri. Lượng muối quý vị ăn vào tác dụng giống như một miếng bọt biển bên trong cơ thể và nó có thể giữ chất lỏng. Nó có thể khiến quý vị cảm thấy mệt mỏi, khó thở và có thể gây phù chân. Hãy ăn thức ăn bổ dưỡng hàng ngày. Một số bệnh nhân có thể bị giảm nhẹ cảm giác ngon miệng trong 1-2 tuần sau thủ thuật. Nếu bị giảm đáng kể cảm giác ngon miệng, hãy thảo luận với đội ngũ chăm sóc sức khỏe của quý vị.



Tâm trạng và cảm xúc

Ngay sau khi phẫu thuật, có những ngày quý vị có thể cảm thấy thất vọng hoặc chán nản, điều này được gọi là cảm giác buồn bã sau phẫu thuật và không có gì bất thường khi cảm thấy như vậy, vì vậy đừng lo lắng. Quý vị có thể cảm thấy bức rứt hoặc quá xúc động và dễ rơi nước mắt. Điều này có thể xảy ra bất kỳ lúc nào và thường không có cảnh báo trước. Hãy yên tâm rằng tình trạng này thường hết trong vài tháng đầu tiên. Cả quý vị và gia đình đều có thể bị ảnh hưởng bởi những cảm giác này, vì vậy điều quan trọng là quý vị nên thảo luận cởi mở với gia đình về cảm giác của mình. Nếu quý vị vẫn cảm thấy như vậy sau một vài tháng, hoặc nếu quý vị cảm thấy chán nản, thiếu tập trung hoặc mất trí nhớ một cách khác thường, thì hãy liên hệ với đội ngũ chăm sóc hoặc bác sĩ gia đình của mình.

Câu hỏi Thường gặp



Căng thẳng

Khi quý vị bị căng thẳng, cơ thể sẽ phản ứng theo những cách nhất định: Cơ bắp của quý vị bị căng, huyết áp tăng, quý vị thở gấp hơn, đổ mồ hôi và tâm trạng lo lắng. Cơ thể quý vị sản xuất nhiều đường, axit béo, cholesterol và adrenaline hơn. Điều này có thể làm hệ tiêu hóa của quý vị hoạt động chậm lại và làm suy giảm hệ miễn dịch. Vì lợi ích tốt nhất của mình, quý vị nên cố gắng tránh những điều mà quý vị biết rằng sẽ khiến mình rơi vào tình huống căng thẳng. Hãy thảo luận với bạn bè hoặc bác sĩ gia đình về điều này.

2. Cách chăm sóc vết mổ/vết thương?



Tắm bồn và tắm vòi hoa sen

Trong tuần đầu tiên, hãy tránh xuống bể bơi/ngâm mình trong bồn tắm để ngăn vi trùng trong nước xâm nhập vào vết thương. Tuy nhiên, quý vị nên tắm vòi hoa sen hàng ngày để giữ cho vết thương sạch và mau lành. Quý vị có thể ngồi trên một chiếc ghế không thấm nước để tắm vòi hoa sen nếu cần. Nếu quý vị sử dụng bồn tắm, hãy nhớ:

- ✓ Tháo hết nước trước khi bước ra ngoài và hãy làm mọi việc thật chậm rãi.
- ✓ Sử dụng thảm chống trượt hoặc khăn tắm trước khi cố gắng đứng lên.
- ✓ Tìm sự hỗ trợ để giúp quý vị bước ra khỏi bồn tắm.

Câu hỏi Thường gặp



Vết thương

Tránh bôi thuốc mỡ, bột, dầu hoặc kem dưỡng quanh vết thương. Nếu vết thương bị đỏ tấy, đột nhiên trở nên đau hơn hoặc bắt đầu chảy dịch, quý vị nên đến gặp bác sĩ đa khoa ngay lập tức để được tư vấn. Nếu quý vị nhận thấy vết thương ngày càng thâm tím trầm trọng hơn (sẫm màu và sưng), quý vị cũng nên liên hệ với đội ngũ chăm sóc sức khỏe của mình. (Bình thường có thể thấy vết bầm chuyển từ tím sẫm sang xanh/vàng).



Hãy bảo đảm quý vị rửa tay bằng nước ấm và xà phòng hoặc chất khử trùng trước khi chạm vào vết thương.



Sơ cứu khẩn cấp

Quý vị có thể cảm thấy một cục u sưng tại nơi thực hiện thủ thuật. Điều này là bình thường. Nếu cục u sưng đó đột ngột chảy máu hoặc trở nên rất to và đau, thì có thể quý vị đang bị xuất huyết. Quý vị nên nằm xuống một bề mặt phẳng và tìm sự trợ giúp. Người chăm sóc nên rửa tay và sau đó ấn trực tiếp lên chỗ phía trên cách vết thương khoảng 1-2 cm. Ấn liên tục trong khoảng 15 phút, không được thỉnh thoảng nhấc ra để kiểm tra. Việc ấn như vậy đạt hiệu quả nếu cục u sưng giảm kích thước sau 15 phút. Nghi ngơi trên giường cho đến hết ngày hôm đó. Nếu tình trạng không được cải thiện - hãy đi bệnh viện để được trợ giúp.

3. Tôi nên vận động ở mức độ nào?



Lái xe

Quý vị không được lái xe sau khi phẫu thuật van tim trong 4 tuần kể từ thời điểm phẫu thuật. Quý vị có thể lái xe trở lại sau 4 tuần nếu quý vị không còn các triệu chứng và sau khi bác sĩ đã cho phép.

Câu hỏi Thường gặp



Tập thể dục

Đi bộ là cách luyện tập tốt nhất nên làm sau khi thực hiện thủ thuật TAVI. Không được nâng, đẩy hoặc kéo bất kỳ vật gì trên 2-3 kg trong tuần đầu tiên (khoảng thời gian này có thể lâu hơn nếu thủ thuật TAVI của quý vị được thực hiện thông qua các vị trí tiếp cận khác, ví dụ như từ đỉnh tim hoặc xung quanh xương quai xanh). Ngoài ra, cũng tránh làm vườn nặng nhọc, đi mua hàng tạp hóa, giặt giũ hoặc cúi gập người hoặc ngồi xổm). Đối với các bài tập thể dục gắng sức hơn (ví dụ như tập gym, đạp xe), quý vị không nên thực hiện cho đến khi tái khám sau 30 ngày với đội ngũ tim mạch của mình để đảm bảo vết thương có đủ thời gian để chữa lành. Quý vị có thể muốn cân nhắc đăng ký chương trình phục hồi chức năng tim của bệnh viện để bắt đầu tập thể dục lại một cách có kiểm soát hơn.



Quan hệ tình dục

Nhiều bệnh nhân đã trải qua phẫu thuật tim cảm thấy lo lắng về việc khôi phục lại quan hệ tình dục. Khá an toàn để quan hệ tình dục và/hoặc kích thích tình dục sau khi phẫu thuật. Tuy nhiên, chúng tôi thường khuyên quý vị nên đợi từ 2 đến 4 tuần để vết thương có cơ hội chữa lành. Quý vị có thể quan hệ tình dục trở lại bất kỳ khi nào cảm thấy sẵn sàng.



Các kỳ nghỉ và chuyến bay

Nếu quý vị đang dự định đi nước ngoài, chúng tôi khuyên nên đợi cho đến sau cuộc hẹn tái khám. Nếu quý vị đang dự định có một chuyến bay đường dài, thì quý vị nên đợi lâu hơn, nhưng nên thảo luận và thống nhất thời gian tốt nhất với đội ngũ chăm sóc sức khỏe của mình. Nếu quý vị đang dùng Warfarin, thì quý vị nên báo cho phòng khám chống đông máu của mình biết, vì họ có thể cần điều chỉnh liều dùng của quý vị. Điều quan trọng là quý vị phải che phủ hoàn toàn vết sẹo bằng kem chống nắng khi tắm nắng trong ít nhất sáu tháng đầu tiên để tránh bị cháy nắng. Quý vị cũng phải thông báo cho công ty bảo hiểm du lịch của mình biết thông tin chi tiết về cuộc phẫu thuật.

Câu hỏi Thường gặp

4. Điều gì có thể khiến tôi lo lắng và cần phải tìm kiếm sự chăm sóc từ bác sĩ/đội ngũ tim mạch của tôi?

- Sốt
- Tăng cân 1-2 kg trong một ngày
- Huyết áp tăng ổn định ở mức 160 (thực hiện đo 3 lần/ngày)
- Bị đỏ/ đau/ chảy dịch ở vết mổ
- Sưng
- Đau ngực
- Đánh trống ngực/ tim đập nhanh
- Cảm thấy ngất xỉu/ choáng váng
- Khó thở khi nằm thẳng, hoặc thức giấc thở hổn hển vào ban đêm

5. Tôi có cần dùng bất kỳ loại thuốc đặc biệt nào sau thủ thuật TAVI không?

Thuốc làm loãng máu sẽ được kê toa sau khi thực hiện thủ thuật TAVI để tránh cục máu đông bám quanh van tim mới. Y tá hoặc dược sĩ cho quý vị xuất viện sẽ cung cấp cho quý vị một lượng thuốc viên để dùng cho đến khi tái khám. Quý vị có thể yêu cầu một bản tóm tắt về các loại thuốc mình đang sử dụng. Nếu quý vị được theo dõi bởi bác sĩ gia đình, thì đội ngũ chăm sóc sức khỏe của quý vị nên liên lạc với bác sĩ gia đình của quý vị. Quý vị cũng sẽ được cung cấp một bản ghi nhớ mà quý vị cần mang theo để xem xét. Quý vị nên luôn mang theo danh sách cập nhật các loại thuốc của mình, và nếu quý vị đang dùng Warfarin thì hãy mang theo sổ tay liều dùng bên mình.

6. Thẻ van tim để làm gì?

Quý vị sẽ được cấp một chiếc thẻ van tim để cho quý vị biết mình đã nhận được loại van tim nào. Quý vị nên giữ chiếc thẻ này trong ví. Hãy xuất trình thẻ này bất kỳ khi nào quý vị đến dịch vụ chăm sóc. Nếu quý vị cần thực hiện bất kỳ việc khám chữa nha khoa khẩn cấp nào, hãy thông báo cho nha sĩ vì quý vị sẽ cần kháng sinh trước khi làm răng.



Edwards, Edwards Lifesciences, logo chữ E cách điệu là các thương hiệu của Edwards Lifesciences Corporation hoặc các chi nhánh của công ty. Tất cả các thương hiệu khác là tài sản của chủ sở hữu tương ứng.

© 2024 Edwards Lifesciences Corporation. Bảo lưu mọi quyền. APSEA123/3-2021/THV

Edwards Lifesciences • 238B Thomson Road #18-01/08 Novena Square Tower B Singapore 307685 • edwards.com/sg



Truy cập vào trang web dành cho bệnh nhân của chúng tôi www.NewHeartValve.asia

Tuyên bố miễn trừ trách nhiệm:

Số tay này không nhằm mục đích thay thế cho tư vấn chuyên môn y khoa, và đừng chỉ dựa vào số tay này cho các vấn đề về sức khỏe hoặc cá nhân. Hãy luôn tìm kiếm hướng dẫn của các chuyên gia y tế có trình độ khi có bất kỳ câu hỏi nào liên quan đến sức khỏe hoặc tình trạng bệnh của quý vị.



Edwards