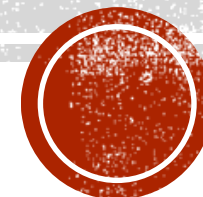


EDUKACJA PACJENTA PO USUNIĘCIU KRTANI

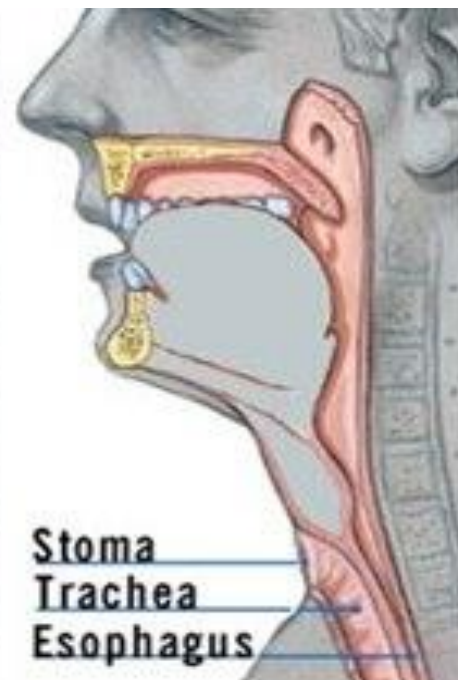
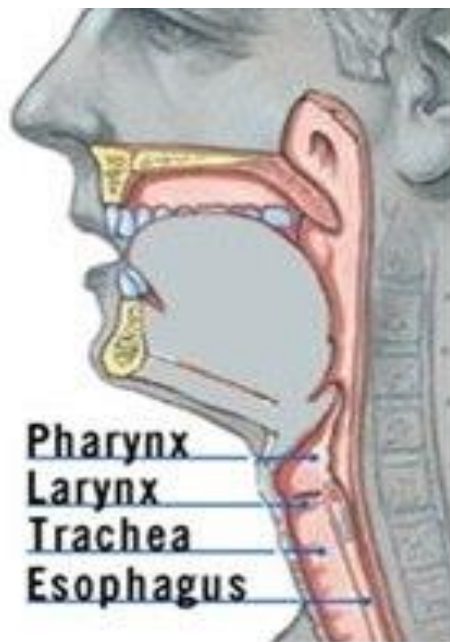


Całkowita laryngektomia oznacza usunięcie całej krtani.

Wycięcie całej krtani prowadzi do: zmiany głosu, zmiany w oddychaniu, przełykaniu, odczuwaniu zapachów oraz smaku.

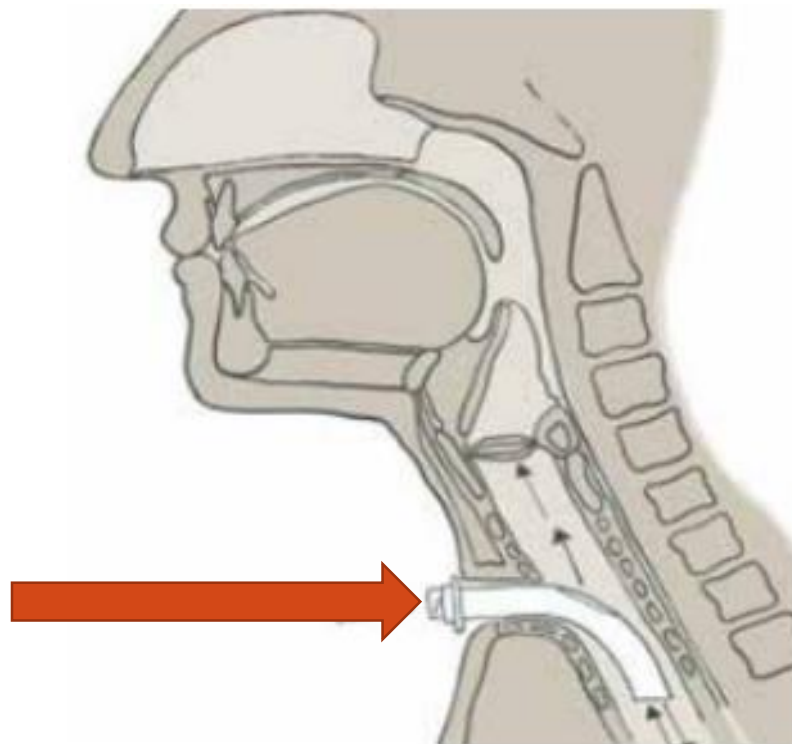
Przed laryngektomią

Po laryngektomii



Przejęcie całkowitej laryngektomii oznacza konieczność oddychania przez otwór wytworzony w szyi, zwany tracheostomią (w skrócie – stomią).

Usunięcie całkowite krtani to także konieczność ponownej nauki mówienia.



PIEŁĘGNACJA RURKI TRACHEOSTOMIJNEJ

Prawidłowa pielęgnacja rurki tracheostomijnej:

- zapobiega rozwojowi drobnoustrojów chorobotwórczych;
- zapewnia drożność dróg oddechowych.

Rurka trachostomijna posiada wyjmowany wkład, który należy czyścić kilka razy dziennie pod bieżącą wodą, małą szczoteczką bez dodatku środków myjących.

Do rurki tracheostomijnej podawać 3 – 4 razy dziennie 1ml – 2 ml roztworu 0,9% NaCl i efektywnie kaszleć celem oczyszczenia dróg oddechowych z wydzieliny.

Zalegającą wydzielinę w nosie można usunąć gumową gruszką.



PIEŁĘGNACJA SKÓRY WOKÓŁ RURKI TRACHEOSTOMIJNEJ

Do czasu wygojenia rany, skórę wokół rurki myjemy środkiem dezynfekującym, a następnie wodą z mydłem.

Aby skóra się nie odparzała pod szyld rurki zakładamy czysty i suchy gazik.

Raz dziennie zmieniamy bawełnianą tasiemkę mocującą rurkę. Tasiemka powinna być luźno zawijana.



WSKAZÓWKI HIGIENICZNE

Bezwzględnie należy:

- Myć ręce przed i po czyszczeniu rurki tracheostomijnej,
- Myć ręce przed posiłkiem, po wyjściu z toalety,
- Podczas kichania, kaszlu zasłaniać otwór rurki tracheostomijnej;
- Umyć ręce po kichaniu, kaszlu i odkrztuszaniu wydzieliny z dróg oddechowych;
- Używać chusteczek jednorazowych.



OSŁONA TRACHEOSTOMY

Ochrona tracheostomy przed czynnikami zewnętrznymi:

- Oddychanie po laryngectomii odbywa się przez tracheostomę. Powietrze wydychane jest bezpośrednio do płuc, bez przefiltrowania, nawilżenia i regulacji temperatury.
- Nieprzystosowane powietrze wdychane przez tracheostomę często powoduje kaszel, zwiększone wydzielanie śluzu, zadyszkę i uczucie zmęczenia.

Ważne jest osłanianie tracheostomii przed:

- zmianami temperatur, pyłami, kurzem, owadami. Mogą do tego służyć apaszki, chustki lub specjalne wymienniki ciepła i wilgotności.



WYMIENNIK CIEPŁA I WILGOCI

Wymiennik ciepła i wilgotności wspomaga pracę płuc poprzez nawilżenie i ogrzewanie wdychanego powietrza.

Wymiennik zakłada się na tracheostomę. Zmniejsza on ilości wydalanego śluzu, ogranicza kaszel, ułatwia oddychanie i zapobiega wpadnięciu ciała obcego, np.: owadów.



Tracheostoma wymaga odpowiedniej troski, która pozwoli uniknąć problemów związanych z zakrztuszeniem się wodą. Można się z nią kąpać w wannie lub brać prysznic, ale trzeba zachować ostrożność, aby uniknąć przedostania się wody do tracheostomy.

Istnieją specjalne osłony, które chronią stome przed wodą podczas kąpieli, pozwalając jednocześnie normalnie oddychać.

Nie zaleca się jednak pływania np.: w morzu, jeziorze czy w basenie.



MOŻLIWOŚCI MOWY PO USUNIĘCIU KRTANI

Istnieje kilka sposobów na odzyskanie głosu po laryngektomii.

1. **Proteza głosowa** - najpopularniejszą metodą na odzyskanie głosu jest wprowadzenie protezy głosowej między tchawicą a przełykiem w trakcie operacji lub krótko po niej. Proteza jest trwała, łatwa w użyciu podczas mówienia i prosta w czyszczeniu. Umożliwia ona uzyskanie najlepszej jakości głosu.



- Higiena protezy głosowej jest prosta. Należy czyścić ją i przepłukiwać 2x dziennie, dzięki temu na protezie głosowej nie zbierają się zanieczyszczenia, które doprowadzają do przecieku.
- Do czyszczenia protezy głosowej używamy specjalnej zwilżonej szczoteczki i wprowadzamy ją w całości do protezy głosowej, poruszając szczoteczką wykonując ruch okrężny. Szczoteczkę wymieniamy raz w miesiącu lub częściej, jeżeli wygląda na zużytą.



- Wymiana protezy głosowej odbywa się w znieczuleniu miejscowym co trzy miesiące.



2. Mowa przełykowa – to następna technika mowy, która jest w dalszym ciągu praktykowana. Głos powstaje w wyniku połykania powietrza do przełyku, a następnie wypuszczania go z powietrzem.

Do wytworzenia głosu służą niewielkie ilości powietrza z jamy ustnej. Powstaje w ten sposób głos przypominający „odbijanie” lub „bekanie”. Nauczenie się tej techniki trwa dłużej.



3. Krtań elektroniczna - innym dostępnym sposobem mówienia jest korzystanie z krtani elektronicznej.

Urządzenie to umieszcza się w okolicy szyi lub policzka i wytwarza ono słyszalne wibracje, które można przekształcić w mowę.

Głos używany z użyciem „sztucznej krtani” ma metaliczną barwę i trzeba mówić powoli i wyraźnie aby był on zrozumiały.

Wiele osób stosuje „sztuczną krtań” jako wygodne urządzenie rezerwowe.



REHABILITACJA LOGOPEDYCZNA GŁOSU

Każdy pacjent ma możliwość skorzystania z pomocy
Neurologopedy mgr Małgorzata Zielińska, tel. 695-692-626

Każdy pacjent po zabiegu operacyjnym jest
wyposażony w zestaw PROVOX COMING HOME.

Zestaw zawiera produkty i informacje, które znacznie
ułatwiają powrót do domu ze szpitala.



KARTA INFORMACYJNA, KARTA BEZPIECZEŃSTWA I OPASKA NA RĘKĘ

Zapewniają dodatkowe bezpieczeństwo w razie nieoczekiwanego wypadku.

Opaska na nadgarstku z informacją „jestem po usunięciu krtani, oddycham przez otwór w szyi”



Karta bezpieczeństwa w portfelu jest informacją, aby wyeliminować wszelkie niewiadome w nagłych sytuacjach

KARTA BEZPIECZEŃSTWA
Jestem osobą z tracheostomią
Oddycham przez otwór w szyi



Moje nazwisko: _____

Główna osoba kontaktowa _____ Mój lekarz _____

Nazwisko: _____ Nazwisko: _____

Tel.: _____ Tel.: _____



ODŻYWIANIE

Bezpośrednio po zabiegu operacyjnym, aby stworzyć lepsze warunki gojenia rany pooperacyjnej, odżywianie odbywa się przez dren założony przez nos do żołądka, przez który podaje się pokarm zmiksowany lub pokarm przemysłowy np. Peptamen.

Trwa to około 10 dni, następnie stopniowo wprowadzane są doustne posiłki miękkie.

Zalecana jest dieta wysokobiałkowa, bogata w witaminy A, C i E.

Należy sprawdzać temperaturę potraw, aby nie doszło do oparzenia – pacjent nie ma możliwości dmuchania.

Aby uniknąć zaparcia należy stosować dietę bogatą w błonnik lub ewentualnie leki oraz zachować stałą porę wypróżnień – usunięcie krtani powoduje zniesienie czynności parcia.



KORZYSTANIE Z WĘCHU I SMAKU

Zmysł węchu po laryngektomii ulega osłabieniu. Oddychając przez tracheostomę nie używa się receptorów węchowych znajdujących się w nosie.

Można ponownie nauczyć się smakowania potraw i wąchania stosując metodę zwaną „uprzejmym ziewaniem” – polega ona na ziewaniu z zamkniętymi ustami.



ŻYCIE RODZINNE, ZAWODOWE I TOWARZYSKIE

Po okresie rekonwalescencji i rehabilitacji głosu nie ma przeciwwskazań do podjęcia pracy zawodowej, oczywiście w środowisku wolnym od pyłów, dymów, zanieczyszczeń środkami chemicznymi, a także niewymagającym wysiłku głosowego.

Nie należy wyłączać się z życia rodzinnego i towarzyskiego.

Zaleca się nawiązywać nowe kontakty i znajomości, prowadzić spokojny oraz oszczędzający tryb życia, unikać stresu.

Umartwianie obniża kondycję psychiczną i utrudnia walkę z chorobą.



Należy ograniczać przebywanie w obecności zwierząt futerkowych – może to być przyczyną obrzęku śluzówki drzewa oskrzelowego, a w konsekwencji uporczywego i męczącego kaszlu.

Należy dbać też o sprawność fizyczną. Wskazana jest aktywność fizyczna np.: jazda na rowerze, spacer. Dla miłośników ogródków może być to spędzenie całego dnia na pracy na świeżym powietrzu.

Dla innych aktywnością będzie zrobienie zakupów, przyrządzenie posiłku, czytanie książek lub oglądanie telewizji.

Powinno się unikać sportu wodnego oraz pływania.



Osoby po laryngectomii mogą korzystać z działalności
**Polskiego Towarzystwa Laryngektomowanych, oddział
Pomorski – Gdyńskie Centrum Organizacji
Pozarządowych, Gdynia ul. 3 maja 27/31.**

Tel. 586218098, czwartek 13:00 – 15:00

Towarzystwo Laryngektomowanych korzysta z pomocy logopedy, psychoterapeuty, lekarzy otolaryngologów, którzy prowadzą prelekcje na temat jak normalnie, zdrowo żyć oraz psychologa w Poradni Zdrowia Psychicznego w miejscu zamieszkania.



Najczęstszą przyczyną raka krtani jest palenie tytoniu oraz picie alkoholu.

Najlepszym sposobem zapobiegania dalszemu rozwojowi choroby jest abstynencja tytoniowa oraz unikanie picia wysokoprocentowych alkoholi.

