

مقعد کا کینسر – سرجری سے پہلے اور اس کے بعد کیا توقعات رکھی جائیں

بڑی آنت اور مقعد کے امراض کیلئے نرسنگ
سروس
مریض کا معلوماتی کتابچہ

صفحہ	مشمولات
4	آپ کی بڑی آنت و مقعد کے امراض کی ٹیم
5	تعارف
5	جب میں اپنے آپریشن کا انتظار کر رہا/رہی ہوں تو کیا ہوتا ہے؟
6	تشخیص سے قبل کے کلینک میں کیا ہوتا ہے؟
7	بہتر بحالی کا پروگرام کیا ہے؟
7	میرے ہسپتال میں آنے سے قبل کیا ہوتا ہے؟
8	میں اپنے آپریشن کی تیاری کیسے کروں؟
10	اگر مجھے سٹوما (stoma) لگ رہا ہو تو کیا کروں؟
10	جب میں اپنے آپریشن کیلئے آؤں تو کیا ہوتا ہے؟
10	آپریشن کے دوران کیا ہوتا ہے؟
13	ممکنہ خدشات کیا ہیں؟
15	میرے آپریشن کے بعد کیا ہوتا ہے؟
18	جب میں گھر جاؤں تو مجھے کس چیز کا خیال رکھنا ہوتا ہے؟
21	مجھے فالو اپ کی کیا نگہداشت وصول ہو گی؟
22	آپریشن کے بعد میں کیسا محسوس کروں گا/گی؟
23	کیا میں مزید معلومات تلاش کر سکتا/سکتی ہوں؟
26	اصطلاحات کی لغت
27	بڑی آنت اور مقعد کے امراض کی کلینیکل نرس سپیشلسٹس کی رابطہ تفصیلات

آپ کی بڑی آنت و مقعد کے امراض کی ٹیم

آپ کی نگہداشت کی قیادت کرنے والا کنسلٹنٹ:

.....
آپ کے بڑی آنت اور مقعد /سٹوما کی (کا) نرس/آپ کی نرسنگ کی نگہداشت کی قیادت کرنے والا مرکزی کارکن:

.....
دیگر ڈاکٹرز جو آپ کی نگہداشت میں شامل ہو سکتے ہیں:

.....
رسلز ہال ہاسپٹل (Russells Hall Hospital) میں داخلے کی تاریخ:

.....
آپریشن کی تاریخ:

تعارف

ہو سکتا ہے آپ کے ہسپتال کے ڈاکٹر نے آپ پر وضاحت کی ہو کہ آپ کو مقعد کا کینسر ہے یا کینسر کا امکان ہے اور اس کا علاج سرجری ہے۔

یہ کتابچہ آپ کو معلومات فراہم کرنے کی نیت سے بنایا گیا ہے کہ آپ کے مجوزہ آپریشن کے متعلق آپ کو مزید سمجھنے میں مدد دی جائے۔ ہمیں امید ہے کہ آپ کو یہ کارآمد لگے گا اور اس سے آپ کو اس نگہداشت کو سمجھنے میں مدد ملے گی جو آپ وصول کریں گے۔

اس کتابچے کے اختتام پر آپ کو ان اصطلاحات کی لغت ملے گی جن کی آپ کو ہسپتال کی ملاقاتوں میں شرکت کے دوران ضرورت پڑ سکتی ہے۔ ان کارآمد تنظیموں کی فہرست بھی موجود ہے جن سے آپ کو مزید معلومات یا معاونت حاصل کرنے کیلئے رابطہ کرنے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

جب میں اپنے آپریشن کا انتظار کر رہا/رہی ہوں تو کیا ہوتا ہے؟

جب آپ اپنے آپریشن کیلئے آنے کے/کی منتظر ہوں، تو آپ کے لیے خود کو جسمانی طور پر تیار کرنے کی کوشش کرنا اہم بات ہے۔ یہ اچھا خیال ہو گا کہ:

- اگر آپ کے ڈاکٹر نے آپ کو کوئی خصوصی پرہیزی غذا کھانے کی تاکید نہیں کی ہوئی تو مناسب انداز کی متوازن غذا کھانے کی کوشش کریں۔
- ہلکی پھلکی ورزش کریں مثلاً پیدل چلنا۔
- ڈھیروں تازہ ہوا حاصل کریں۔
- اگر آپ تمباکو نوش ہیں، تو اس عادت کو کم کرنے یا ترجیحی طور پر روک دینے سے آپ کی طبیعت کی بحالی میں مدد ملے گی، آپریشن کیلئے اینسٹھیٹک (نشہ آور دوا) سے ہونے والی پیچیدگیوں کے خدشات گھٹ جائیں گے اور زخم مندمل ہونے کے مسائل کم ہوں گے۔
- اگر آپ تمباکو نوشی چھوڑنے میں مدد درکار ہو، تو براہ کرم ہسپتال کی سٹاپ سموکنگ ٹیم (Stop Smoking Team) سے
01384 456111 ایکسٹینشن 2783 پر رابطہ کریں۔

تشخیص سے قبل کے کلینک میں کیا ہوتا ہے؟

ہم آپ کی ملاقات طے کریں گے یا آپ کو طے شدہ ملاقات کی اطلاعات بھیجیں گے کہ تشخیص سے قبل کے یونٹ میں آئیں۔

تشخیص سے قبل کی ملاقات میں میں کس سے ملاقات کروں گا؟

- تشخیص سے قبل کی/کا نرس
- بڑی آنت اور مقعد کے امراض کی/کا نرس سپیشلسٹ
- ہو سکتا ہے آپ اینسٹھیٹسٹ سے بھی ملاقات کریں

تشخیص سے قبل کی نرس یہ کام کرے گی:

- سرجری اور اینسٹھیٹک کیلئے آپ کی عمومی فٹنس کا تعین کرنا۔
- آپ کی صحت کے متعلق گفتگو کرنا اور آپ کی طبی تاریخ لکھنا۔
- آپ کی موجودہ ادویات بشمول تمام نسخے کی ادویات اور کوئی سی دیگر ادویات جو آپ خرید چکے اور باقاعدگی سے لیتے ہیں۔ اس میں ٹیبلیٹس، ان پیلرز، کریمز اور آئی ڈراپس شامل ہو سکتے ہیں۔ براہ کرم اپنے ساتھ ایک فہرست لے کر آئیں۔
- ٹیسٹس سرانجام دیں جن میں آپ کا فشار خون، نبض، وزن، قد، خون کے ٹیسٹس، ECG (دل کی کارکردگی ماپنے کا ٹیسٹ) اور MRSA کیلئے ایک سوئیب شامل ہوں گے۔

ہو سکتا ہے آپ کا کنسلٹنٹ اینسٹھیٹسٹ کی آپ کے ساتھ ملاقات طے کرے۔ ہو سکتا ہے آپ کے آپریشن سے قبل اینسٹھیٹسٹ کو کچھ دیگر ٹیسٹس انجام دینے کی ضرورت پڑے، تاکہ جانچ سکیں کہ آپ کیلئے ایک عمومی اینسٹھیٹک کتنی محفوظ ہے۔ اینسٹھیٹسٹ اس بارے میں بھی گفتگو کرے گا کہ آپ کو اپنے آپریشن کیلئے کس قسم کی اینسٹھیٹک درکار ہے، اور آپ کے آپریشن کے بعد آپ کو درد سے آرام کی کون سی صورت دستیاب ہو گی۔

ہو سکتا ہے سرجری سے قبل آپ کو اپنی باقاعدہ ادویات میں سے چند ایک کو روکنے کی ضرورت پڑے، لیکن اگر ایسا کرنے کی ضرورت ہوئی تو تشخیص سے قبل کی نرس آپ کو اس کا مشورہ دے گی۔

آپ کو اپنے کلیدی کارکن/سپیشلسٹ نرس سے ملاقات کی بھی ضرورت پڑے گی جو آپ کو درپیش کوئی سے سوالات پر گفتگو کرے گا/گی۔ اگر آپ کی سرجری میں سٹوما شامل ہو یا ہو سکتا ہو، تو آپ کی سپیشلسٹ نرس آپ کی جلد پر اس علاقے پر نشان لگا دے گی۔

بہتر بحالی کا پروگرام کیا ہے؟

جب آپ اپنے آپریشن کیلئے ہسپتال آئیں، تو آپ بہتر بحالی کے پروگرام میں شرکت کر رہے ہوں گے۔ نگہداشت کا پروگرام آپ کو فوری اور بحفاظت بحال ہونے میں مدد دینے کے ارادے سے بنایا گیا ہے۔

اس کتابچے میں اس بارے میں معلومات شامل ہیں کہ اس پروگرام میں کیا شامل ہے، آپ ہم سے کیا توقعات رکھ سکتے ہیں اور ہم آپ سے کیا توقعات رکھتے ہیں۔ پروگرام روایتی نگہداشت سے مختلف ہے اور آپریشن کے بعد آپ کی بحالی کو بہتر اور تیز تر بنانے کیلئے دستیاب تحقیقی شواہد میں سے بہترین پر مبنی ہے۔

ہسپتال میں آپ کے قیام کے دوران، ہم آپ کو آپ کے روزانہ کے اہداف دیں گے جنہیں حاصل کرنے کیلئے آپ کی حوصلہ افزائی کی جائے گی تاکہ آپ اپنی بحالی میں خود ایک فعال کردار ادا کر سکیں۔ ڈاکٹرز، نرسز اور دیگر طبی نگہداشت کے ماہرین کی ایک ٹیم آپ کی نگہداشت کی نگرانی کر رہی ہو گی اور اپنے اہداف تک پہنچنے میں آپ کی معاونت کرے گی۔

اگر کوئی ایسی چیز ہے جس کے بارے میں آپ پر یقین نہیں ہیں، تو براہ کرم اپنی نگہداشت کیلئے ذمہ دار ٹیم کے کسی ممبر سے سوال کریں۔

میرے ہسپتال میں آنے سے قبل کیا ہوتا ہے؟

ہم جس وقت ہسپتال میں داخلے سے قبل کی تشخیص کیلئے آپ سے ملاقات کریں گے، تبھی سے آپ اپنی نگہداشت اور بحالی کی منصوبہ بندی میں شامل ہوں گے۔ یہ آپ کیلئے ایک موقع ہے کہ ہمیں اپنی انفرادی ضروریات اور حالات کے متعلق سب کچھ بتا ڈالیں۔

یہ بات اہم ہے کہ اگر آپ کو یا آپ کے خاندان کے افراد میں سے کسی ایک کو آپ کے آپریشن پر ہسپتال چھوڑنے کے بعد آپ کی روزمرہ سرگرمیوں کی تنظیم کرنے کی صلاحیت کے متعلق کوئی خدشات ہوں تو ان کے بارے میں ہمیں جلد از جلد بتائیں۔

اگر آپ کے ہسپتال میں قیام کے دوران آپ کے سماجی حالات میں سے کوئی ایک تبدیل ہو جائے تو تب بھی آپ کو ہمیں مطلع کرنا چاہئے۔

ہمارے پاس طبی نگہداشت کے ماہرین کی ایک ٹیم موجود ہے جو آپ کے ہسپتال چھوڑنے کے بعد آپ کو درکار ہو سکتے والی کوئی سی معاونت کا بندوبست کرنے میں آپ کی مدد کر سکتے ہیں۔ ان میں آکیوپیشنل تھیراپسٹس، فزیوتھیراپسٹس، سوشل ورکرز اور ڈسچارج کی منصوبہ بندی کی ٹیم شامل ہیں۔

میں اپنے آپریشن کی تیاری کیسے کروں؟

براہ کرم اپنے ہسپتال میں قیام کے دوران پرسکون، ڈھیلے ڈھالے کپڑے ساتھ لائیں کیونکہ ہم اس بات کی حوصلہ افزائی کریں گے کہ اپنے آپریشن کے بعد آپ اپنے روزمرہ کے کپڑے ہی پہنیں۔

آنتوں کی تیاری

آپ کے اپنے آپریشن کیلئے ہسپتال آنے سے قبل ہو سکتا ہے ہم آپ سے آنتوں کی تیاری کرنے کا مطالبہ کریں۔ یہ اس بات کو یقینی بنانے کیلئے ہے کہ آپ کی آنتیں آپ کے آپریشن کیلئے خالی ہوں۔ اگر آپ کو یہ کرنے کی ضرورت ہو، تو آپ کا کنسلٹنٹ یا سپیشلسٹ نرس (کلیدی کارکن) آپ کو بتائے گا/گی۔

آپ کو اپنے آپریشن کیلئے ہسپتال آنے سے قبل یہ تیاری گھر پر کرنے کی ضرورت ہو گی۔
آغاز کب کیا جائے اس بارے میں ہدایات آنتوں کی تیاری کے ساتھ ہی منسلک ہوں گی۔

اگر آپ کو قبض کشاء کے ذریعے آنتوں کی تیاری کرنے کی ضرورت نہیں، تو ہو سکتا ہے
آپ کو **سرجری سے پچھلے دن شام 6 بجے اور سرجری کے دن صبح 6 بجے** ایک
فاسفیٹ اینیما استعمال کرنے کی ضرورت پڑے۔ اینیما ایسی دوا ہوتی ہے جو آپ اپنی آنت کا
زیریں حصہ صاف کرنے کیلئے اپنی مقعد کی نالی میں داخل کرتے ہیں۔ اگر آپ کو یہ
کرنے کی ضرورت ہو تو آپ کا کنسلٹنٹ یا سپیشلسٹ نرس (کلیدی کارکن) آپ کو مطلع
کے گا۔

کھانا پینا

اپنے آپریشن سے تین دن قبل، آپ کو ایک کم باقیات چھوڑنے والی غذا کھانے کا آغاز
کرنے کی ضرورت پڑے گی۔ اس بارے میں آپ کی سپیشلسٹ نرس/کلیدی کارکن آپ کو
وضاحت دے گا/گی اور آپ کو ایک معلوماتی شیٹ دے گا/گی۔

اگر سرجری سے پچھلے دن آپ کھانا کھانے کے قابل ہوئے، تو اچھا خیال یہ ہے کہ آپریشن
سے پچھلے دن کی شام کو تھوڑا سا کھانا کھایا جائے۔

بہتر بحالی کے پروگرام کا ایک کلیدی پہلو یہ ہے کہ آپ کو سرجری سے قبل پینے کیلئے
نشاستے (کاربوائیڈریٹ) والے مشروبات دیئے جائیں گے۔ ان مشروبات کا فائدہ یہ ہے کہ یہ
آپ کو وہ شدید ضروری توانائی فراہم کرتے ہیں جو آپ کو صحت مند ہونے میں مدد کیلئے
چاہیئے ہوتی ہے۔

ہم آپ کی ہسپتال میں داخلے سے قبل کی ملاقات میں آپ کو مشروبات دیں گے۔ آپ کو
سرجری سے پچھلے دن **شام 6 بجے** ایک مشروب اور رات **10 بجے** دوسرا مشروب پینے
کی ضرورت ہو گی، اور ایک اپنی سرجری کے دن **صبح 6 بجے**۔

مریض کی چیک لسٹ			
سرجری سے تین دن قبل:			
درست کا نشان لگائیں	کم باقیات چھوڑنے والی غذا تاریخ:		
آپ کے آپریشن سے پچھلا دن:			
درست کا نشان لگائیں	وقت	مقدار	
	شام چھ بجے	1 ساشے	انرجی ڈرنک
			آنتوں کی تیاری قسم:
	رات 10 بجے	1 ساشے	انرجی ڈرنک
درست کا نشان لگائیں	آپ کے آپریشن کا دن:		
	وقت	مقدار	
	صبح 6 بجے	1 ساشے	انرجی ڈرنک
			آنتوں کی تیاری قسم:

اگر آپ کو منہ سے لی جانے والی قبض کشاء ادویات کی ضرورت ہو، تو ہم آپ کو ان کیلئے ہدایات دیں گے۔

اگر مجھے سٹوما (stoma) لگ رہا ہو تو کیا کروں؟

اگر آپ کو بتایا گیا ہے کہ آپ کو ایک سٹوما لگوانے کی ضرورت ہو سکتی ہے (ایلوستومی (ileostomy) یا کولوسٹومی (colostomy))، تو آپ کو اپنے آپریشن سے قبل معاونت اور معلومات کیلئے ہماری ہمارے بڑی آنت اور مقعد کے امراض/سٹوما کی نگہداشت کی نرسز میں سے کسی ایک سے ملاقات کرنے کی ضرورت ہو گی۔

وہ آپ کو آپریشن سے قبل کی مشق کا پیکٹ دیں گے۔ یہ مریضوں کیلئے ایک مرحلہ وار ہدایت نامہ ہے کہ اپنے آپریشن سے قبل سٹوما کی نگہداشت کی مشق کریں۔

آپ کے آپریشن کے بعد، بڑی آنت اور مقعد کے امراض/سٹوما کی نگہداشت کی ٹیم اور وارڈ کی نرسز آپ کو سٹوما کے ساتھ زندگی بسر کرنے کے عادی ہونے میں مدد دیں گی۔

جب میں اپنے آپریشن کیلئے آؤں تو کیا ہوتا ہے؟

آپ کے آپریشن کی صبح، آپ کو رسلز ہال ہاسپٹل میں داخلہ لاؤنج (Admissions Lounge) میں آنے کی ضرورت پڑے گی۔ یہاں پر ایک نرس آپ کے داخلے کی کاغذی کارروائی مکمل کرے گی۔ آپ کا/کی سرجن آپ کے ساتھ آپریشن کی تفصیلات اور ممکنہ پیچیدگیوں پر گفتگو کرے گا/گی۔

نرس یقین دہانی کرے گی کہ آپ آپریشن کی تفصیلات کو سمجھتے ہیں۔ اگر آپ سرجری جاری رکھنا چاہتے ہیں، تو ہم آپ سے کہیں گے کہ اپنی تحریری اجازت فراہم کریں۔ اینسٹیٹسٹ اور آپ کی سپیشلسٹ نرس/کلیدی کارکن یا آپ کی ٹیم میں سے ایک شخص آپ کر آپ سے ملاقات کرے گا/گی۔

جب آپریشن تھیٹر آپ کا آپریشن کروانے کیلئے دستیاب ہو گا، تو ایک نرس آپ کو داخلہ لاؤنج لے جائے گی۔ آپ کو تھیٹر کا گاؤن اور الاسٹک والی سٹاکنگ پہننی پڑے گی تاکہ خون کی پھٹکیاں بننے سے بچاؤ ہو سکے۔ پھر ہم آپ کو اینسٹیٹک کے کمرے میں لے جائیں گے۔

آپریشن کے دوران کیا ہوتا ہے؟

آپ کو اپنے کنسلٹنٹ اور سپیشلسٹ نرس کی جانب سے اپنے آپریشن کے متعلق پہلے ہی معلومات دی جا چکی ہوں گی۔

سرجری دو مختلف تکنیک کے ذریعے انجام دی جا سکتی ہے جنہیں لیپروٹومی (laparotomy) (اوپن سرجری) یا پھر لیپروسکوپک (کیبی ہول سرجری) کے ناموں سے جانا جاتا ہے۔

لیپروٹومی (اوپن سرجری) ایک روایتی سرجیکل کارروائی ہے جس میں پیٹ کی دیوار میں لمبے رخ پر ایک بڑا کٹ لگایا جاتا ہے۔

لیپروسکوپک اوپن سرجری کا ایک متبادل ہے۔ اسے کیبی ہول سرجری بھی کہا جاتا ہے۔

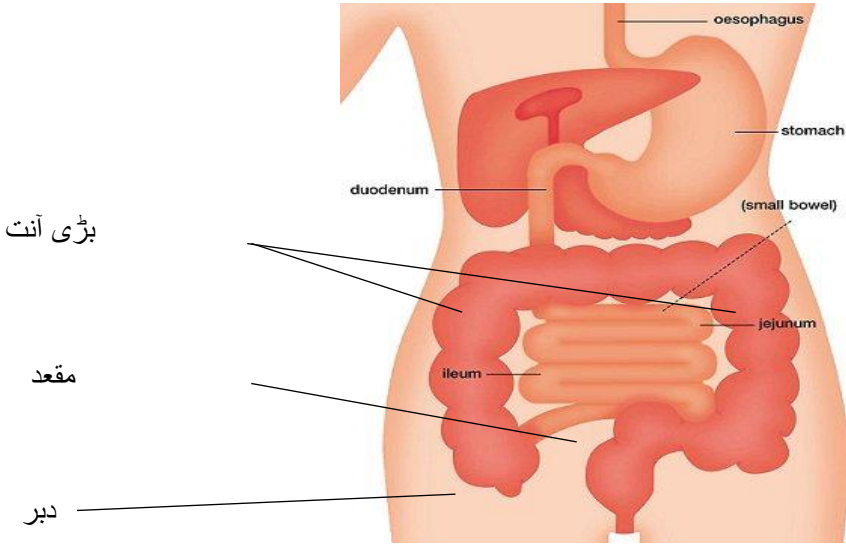
کی بول سرجری میں، آپ کی آنتوں کا وہ حصہ جس میں کینسر موجود ہو نکال لیا جائے گا، لیکن اس میں آپ کے پیٹ پر ایک بڑا سا کٹ لگانا شامل نہیں ہو گا۔

اس کی بجائے، سرجن آپ کے پیٹ میں پانچ تا 10 ملی میٹر لمبائی کے چار چھوٹے کٹ لگائے گا۔ ان سوراخوں کے ذریعے پلاسٹک کی باریک ٹیوبز داخل کی جاتی ہیں اور ان ٹیوبز کے ذریعے سرجری کے آلات کو آپ کے پیٹ تک پہنچایا جا سکتا ہے۔ ان آلات میں ایک ٹیلی سکوپ اور ایک کیمرا شامل ہوتے ہیں جو سرجن کو اندر دیکھنے کے قابل بناتے ہیں۔

اس عمل کو ممکن بنانے کیلئے آپ کے پیٹ میں ایک بے ضرر گیس بھری جائے گی۔ سرجن پانچ تا سات سیٹی میٹر لمبائی کے ایک علیحدہ کٹ کے ذریعے آنت کا حصہ نکال لیتا ہے۔

ہر مریض لیپروسکوپک سرجری نہیں کروا سکتا۔ ماضی میں کرائی گئی سرجری، بالخصوص پیٹ کی سرجری کی صورت میں ہو سکتا ہے یہ طریقہ اپنانا ممکن نہ ہو۔ نیز، کئی صورتوں میں یہ امکان بھی موجود ہوتا ہے کہ آپریشن کے دوران کی بول سرجری کو ہی اوپن سرجری میں تبدیل کیے جانے کی ضرورت پڑ جائے۔ آپ کے آپریشن سے قبل آپ کا کنسلٹنٹ سرجن اس بارے میں آپ سے گفتگو کرے گا۔

دونوں اقسام کی سرجریوں کیلئے، آپریشن کے دوران مقعد کا کینسر والا حصہ، آنت کے نزدیک لیمف نوڈز (lymph nodes) سمیت نکال لیا جاتا ہے (شکل 1 دیکھیں)۔ ان حصوں کا تجزیہ کیا جا سکتا ہے تاکہ دیکھا جائے کہ آیا کینسر پھیل چکا ہے۔



شکل 1 - غذا کی نالی سے لے کر دبر تک نظامِ انہضام

آنت کے جو حصے کاٹے جا چکے ہوں انہیں دوبارہ نہیں جوڑا جا سکتا، سرجن آنت کا ایک سرا پیٹ کی دیوار میں کیے گئے سوراخ کے ذریعے نکال لے گا۔ آنت کا سرا سٹوما کہلاتا ہے۔

یہ یا تو ایک کولونوسٹومی ہو سکتی ہے جس میں بڑی آنت (کولون) کا سرا باہر نکالا جاتا ہے یا ایوسٹومی ہو سکتی ہے جس میں چھوٹی آنت (ایلیئم) کو باہر نکالا جاتا ہے۔

سٹوما پر ایک تھیلی ڈال دی جاتی ہے تاکہ وہ فضلہ اُس میں جمع ہو جائے عمومی طور پر آنت سے گزر کر مقعد اور دبر (اخراج کے راستے) کے ذریعے باہر نکلتا ہے۔ ہم آپ کو تربیت دیں گے کہ خود ان تھیلیوں کو کیسے تبدیل کریں۔

بعض اوقات سٹوما عارضی ہوتا ہے اور چند ماہ بعد ہی آپ آنت کو دوبارہ جڑوانے کیلئے آپریشن کروا سکیں۔ اگر ایسا آپریشن ممکن نہ ہو، تو سٹوما مستقل ہو جائے گا۔

اس بارے میں پریشان ہونا بھی قدرتی بات ہے کہ آپ اپنی روزمرہ کی سرگرمیاں انجام دینے کے قابل نہ ہو پائیں گے اور باقی لوگ دیکھ پائیں گے کہ آپ سٹوما کی تھیلی پہنے ہوئے ہیں۔ البتہ، سٹوما کا جدید سامان پوشیدہ اور محفوظ ہوتا ہے، اور کوئی وجہ نہیں ہے کہ آپ وہ سرگرمیاں کرنے کے قابل نہ ہوں گے جو آپ پہلے کیا کرتے تھے، کھیلوں اور جنسی سرگرمیوں سمیت۔

سٹوما کے ساتھ زندگی بسر کرنے کا عادی ہونا لوگوں کیلئے دشوار ہو سکتا ہے لیکن زیادہ تر لوگ وقت کے ساتھ ساتھ اس کے عادی ہو جاتے ہیں۔

آپ سٹوما لگانے کے بعد سپیشلسٹ سٹوما نرس سے ملاقات کریں گے/گی۔ سپیشلسٹ سٹوما نرسز آپ کو سٹوما کے ساتھ زندگی گزارنے کے عادی ہونے کیلئے معاونت اور مشورے پیش کرتی ہیں۔

ممکنہ خدشات کیا ہیں؟

تمام سرجریوں کی طرح، اس آپریشن میں چند خدشات اور پیچیدگیاں ہو سکتی ہیں۔ یہ اہم ہے کہ ہم آپ کو ان خدشات کے بارے میں بتائیں تاکہ آپ کے پاس وہ معلومات ہوں جو آپ کو آپریشن کے متعلق کوئی فیصلہ کرنے کیلئے درکار ہوتی ہیں۔

جنرل اینسٹھٹک

جنرل اینسٹھٹک سنگین مسائل پیدا کر سکتا ہے مثلاً الرجک ری ایکشن، لیکن یہ شانوندار ہوتا ہے۔ اگر آپ کو اس بارے میں کوئی پریشانیاں ہیں، تو آپ اپنے آپریشن سے پہلے (تشخیص سے قبل کی ملاقات) یا اپنے آپریشن سے قبل اینسٹھٹسٹ کے ساتھ اپنی ملاقات میں ان پر گفتگو کر سکتے ہیں۔

خون کی پھٹکی

ڈیپ وین تھرامبوسس (DVT) (Deep vein thrombosis) رگ میں موجود خون کی پھٹکی ہوتی ہے جو عموماً سرخ، دردناک اور سوجی ہوئی ٹانگوں کی علامات پیدا کرتی ہے۔ DVT کے خدشات کسی سرجری کے بعد زیادہ ہوتے ہیں۔ اگرچہ یہ بذاتِ خود مسئلہ نہیں ہیں، لیکن DVT دوران خون سے سفر کرتا ہوا پھیپھڑوں تک پہنچ سکتا ہے۔ اسے پلمونری ایمبولزم (PE) (pulmonary embolism) کہتے ہیں اور یہ ایک بہت سنگین مرض ہے جو آپ کے نظامِ تنفس کو متاثر کرتا ہے۔

DVT کے خدشے کو محدود کرنے کیلئے، جب آپ اپنا آپریشن کروانے کے بعد ہسپتال میں ہوں تو آپ کا خون پتلا کرنے کیلئے آپ کو فی دن ایک انجیکشن دیا جائے گا۔ اسے جلد کے نیچے ایک باریک سوئی کے ذریعے، عموماً آپ کے پیٹ کے علاقے میں داخل کیا جاتا ہے۔

آپ الاسٹک والی سٹاکنگز پہننے کے قابل ہوں، تو آپ کو ایسی سٹاکنگز دی جائیں گی جو آپ کی پنڈلی اور ران کی پیمائش کے مطابق ہوں گی۔ نرسنگ سٹاف آپ کو اس بارے میں مشورہ دے گا کہ انہیں کیسے استعمال کریں اور ان کی دیکھ بھال کیسے کریں۔ چلنا پھرنا شروع کرنا خون کی پھٹکیاں پیدا ہونے کو روکنے کے بہترین طریقوں میں سے ایک ہے۔

خون رسنا

سارے آپریشنز کی طرح اس میں بھی خون بہنے کا معمولی سا خدشہ ہوتا ہے۔ ہو سکتا ہے اس کا فولاد کی گولیوں یا انتقال خون کے ذریعے علاج کیے جانے کی ضرورت پڑے۔ شادونادر انتقال خون کی وجہ سے ری ایکشنز یا انفیکشن پیدا ہو سکتے ہیں۔

انفیکشن

ہمیشہ ایک خدشہ ہوتا ہے کہ آپریشن کے بعد ایک انفیکشن پیدا ہو جائے گا۔ یہ عموماً زیادہ سنگین نہیں ہوتے اور اینٹی بائیوٹکس کے ذریعے ان کا علاج کیا جا سکتا ہے۔

اعصابی ٹھیس

آنت کے جس حصے پر آپریشن کیا جا رہا ہے، وہ مٹانے اور جنسی کارکردگی کی ذمہ دار نسون کے بہت قریب ہوتا ہے۔ یہ آپریشن کے دوران نقصان کا شکار ہو سکتی ہیں۔ مٹانے کی کارکردگی بھی متاثر ہو سکتی ہے۔

مردوں کو ایستادگی اور انزال میں مسائل بھی ہو سکتے ہیں۔ عورتوں میں جنسی ردعمل متاثر ہو سکتا ہے اور ہو سکتا ہے جنسی عمل کے دوران بے سکونی بھی ہو۔

دیگر خدشات

اگر آپ نے اپنی آنت کے دو حصے سرجری کے ذریعے جڑوائے ہوں، تو ممکن ہے آپ کی آنت میں موجود یہ سرجیکل جوڑ ٹوٹ جائے۔ اگر ایسا ہو جائے، تو آپ کو مزید سرجری کروانے کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔ اس میں ایک سٹوما لگوانا بھی شامل ہو سکتا ہے جو عارضی یا مستقل ہو سکتا ہے۔

یہ پیچیدگیاں عارضی یا مستقل ہو سکتی ہیں۔ آپ کو جو کوئی مسائل یا سوالات ہوں آپ ان پر اپنی بڑی آنت اور مقعد کے امراض کی نرس یا سرجن کے ساتھ گفتگو یا سوال کر سکتے ہیں۔

میرے آپریشن کے بعد کیا ہوتا ہے؟

اگر آپ نے اوپن سرجری کروائی ہے اور آپ کو دیگر طبی عارضے لاحق ہیں جن کیلئے قریبی مانیٹرنگ درکار ہے، تو آپ عموماً ایک یا دو دن کیلئے سرجیکل ہائی ڈیپینڈنسی یونٹ (Surgical High Dependency Unit) جائیں گے۔ اگر آپ نے کیلی ہول سرجری کروائی ہے تو آپ کو شاید وارڈ میں لے جایا جائے، لیکن اس کا فیصلہ آپ کا کنسلٹنٹ اور اینسٹھیٹسٹ کریں گے۔

آپ کے آپریشن کے چند گھنٹے بعد، آپ مشروبات لینے کا آغاز کرنے کے قابل ہو جائیں گے۔ ہو سکتا ہے آپ اس دن کچھ ہلکا پھلکا کھانے کے قابل بھی ہو جائیں، اگر آپ کو متلی محسوس نہ ہو رہی ہو۔

ہم آپ کی حوصلہ افزائی کریں گے کہ عام غذا کے ساتھ ساتھ، ہسپتال میں قیام کے دوران غذائی سپلیمنٹس کے مشروبات بھی لیں۔ انہیں فورٹیسپ (Fortisip) یا فورٹی جوس (Fortijuce) کہا جاتا ہے اور یہ کئی ذائقوں میں فراہم کیے جاتے ہیں۔

یہ اہم ہے کہ آپ اپنے آپریشن کے بعد جلد ہی کھائیں پئیں کیونکہ اس سے ملنے والے غذائی اجزاء اور وٹامنز آپ کی مجموعی بحالی میں مدد دیں گے۔

متلی

آپریشن کے بعد بعض لوگ متلی محسوس کریں گے یا ہو سکتا ہے انہیں قے ہو جائے۔ اس میں بہت سے عوامل شامل ہو سکتے ہیں لیکن اینسٹھیٹک کو اس طرح تیار کیا جاتا ہے کہ ہر ممکن حد تک متلی کے خدشے کو گھٹایا جائے۔

اگر آپ کو واقعی متلی محسوس ہو، تو یہ عموماً زیادہ عرصے تک برقرار نہیں رہتی۔ ہم آپ کو آپ کی ڈرپ کے ذریعے متلی سے بچنے کی دوا دے سکتے ہیں، لہذا اگر آپ متلی محسوس کریں، تو براہ کرم سٹاف کے کسی ممبر کو بتائیں۔ یہ اہم ہے کہ ہم آپ کو متلی کی کیفیت سے نجات دلائیں تاکہ آپ بہتر محسوس کریں اور عام انداز میں کھا پی سکیں۔

درد پر قابو

آپ کے آپریشن کے بعد مؤثر درد کا کنٹرول بہتر بحالی کے پروگرام کا ایک لازمی جزو ہے۔ یہ آپ کو گہرے سانس لینے، چلنے پھرنے کا آغاز کرنے، پرسکون محسوس کرنے اور اچھی نیند سونے کے قابل بنائے گا، یہ تمام باتیں آپ کی بحالی کے عمل کا ایک بہت اہم جزو ہیں۔

درد پر قابو پانے کی جو دوا آپ وصول کریں گے اس کا انحصار آپریشن کی قسم پر ہو گا، لیکن اس میں عموماً ان ادویات کا مجموعہ شامل ہوتا ہے:

- لوکل اینسٹھیٹک جو آپ کو آپریشن کے وقت دیا جاتا ہے
- آپ کی ڈرپ کے ذریعے دیئے جانے والی پین کلرز
- منہ کے ذریعے لی جانے والی گولیاں یا شربت

براہ کرم اگر آپ کو دی جانے والی درد کم کرنے والی ادویات کافی نہ ہوں تو سٹاف کے کسی ممبر کو بتائیں۔ کچھ اضافی چیزیں بھی ہیں جو ہم آپ کے ہر ممکن حد تک پرسکون محسوس کرنے کو یقینی بنانے کیلئے کر سکتے ہیں۔

ٹیوبیں اور ڈریس

جب آپ اپنا آپریشن کروا رہے ہوں، ت ڈاکٹر آپ کے مٹانے میں ایک ٹیوب (کیتھیٹر) داخل کرے گا تاکہ ہم یہ ماپ سکیں کہ آپ آپریشن کے بعد کتنا پیشاب پیدا کر رہے ہیں۔

ہو سکتا ہے آپ کو درکار مائع جات دینے کیلئے اپنے بازو یا گلے میں ڈرپ لگوانی پڑے۔

بعض لوگوں کے پیٹ میں ایک نکاسی کا سوراخ لگا ہوتا ہے کہ آپریشن سے نکلنے والا کوئی سا بھی خونی مائع مواد نکلنے کا موقع دیا جائے۔

انہیں عموماً آپ کے سپیشلسٹ ڈاکٹر کی جانب سے جائزے کے بعد ہٹا دیا جائے گا۔

ورزشیں

جب آپ اپنے آپریشن کے بعد جاگتے ہیں، تو یہ اہم ہے کہ جتنا جلد ممکن ہو، گہرے سانس لینے کی ورزشیں شروع کر دیں۔ اس سے سینے کے انفیکشن سے بچنے میں مدد مل سکتی ہے۔ ورزشیں یہ ہیں:

- اپنی ناک کے ذریعے جتنی گہری سانس لے سکتے ہیں، لیں، تین سیکنڈ کیلئے رکھیں، اندر سسکی بھریں، پھر اپنے منہ کے ذریعے آہستگی سے سانس باہر نکالیں۔ یہ عمل پانچ مرتبہ دہرائیں۔
- گہری سانس لیں، اپنے پیٹ کو سہارا دیں، آگے جھکیں، اور کوئی سا بلغم صاف کرنے کیلئے زور سے کھانسیں۔
- یہ پورا عمل مزید تین بار دہرائیں۔

اس کے ساتھ ساتھ، دوران خون کو بہتر بنانے کیلئے، آپ کو جتنی کثرت سے ممکن ہو اپنے پیروں سے اوپر اور نیچے اشارہ کرنا چاہیئے اور اپنے ٹخنوں کے ارد گرد دائرہ بنانا چاہیئے (کم از کم گھنٹے میں ایک بار)۔

بستر سے نکلنا اور چلنا

وارڈ کا عملہ یا فریوتھیروپسٹ آپ کو اپنے آپریشن کے بعد جلد از جلد بستر سے نکلنے میں مدد دے گا۔ اگر آپ خاصے صحت مند ہونے تو یہ آپ کے آپریشن کے دن بھی ہو سکتا ہے، شاید آپ کے وارڈ میں آنے کے تقریباً چار گھنٹے بعد۔

آپ پہلی بار بستر سے دو گھنٹے باہر گزاریں گے، اور اس کے بعد ہر روز تقریباً چھ گھنٹے بستر سے باہر گزاریں گے۔ ہو سکتا ہے یہ صبح میں تین گھنٹے اور سہ پہر میں تین گھنٹے ہوں، یا دو دو گھنٹوں کے تین سیٹس۔

ہم آپ کی حوصلہ افزائی کریں گے کہ سرجری کے بعد پہلے دن تین سے چار مرتبہ 20 میٹر پیدل چلیں۔ دوسرے دن سے، اسے دن میں دو سے چار مرتبہ، 60 میٹر پر بڑھا دیا جانا چاہیئے۔

بستر سے تھوڑی مزید اُٹھان سے باہر نکلنا، اور باقاعدگی سے چلنا آپ کے پھیپھڑوں کیلئے اچھا ہوتا ہے اور سینے کے انفیکشن سے بچاؤ میں مدد دے گا۔ یہ آپ کے دورانِ خون کیلئے اچھا ہوتا ہے اور خون کی پھٹکیاں بننے سے روکتا ہے۔ اس سے دیگر جسمانی افعال، جیسے اجابت میں بھی بہتری آتی ہے۔

خون کی پھٹکیاں بننے سے بچاؤ (ڈیپ وین تھرامبوسس) (Deep Vein Thrombosis) – DVT

جب آپ ہسپتال میں ہوں، تو ہم آپ کو روزانہ اینوکساپیرن (enoxaparin) کا انجیکشن دیں گے۔ یہ خون کو پتلا کرتے ہوئے ٹانگوں میں خون کی پھٹکیاں بننے کے خدشے کو گھٹانے میں مدد دیتی ہے۔

بعض لوگوں کو یہ انجیکشنز گھر پر لینا جاری رکھنے کی ضرورت پڑے گی۔ اگر اس کا اطلاق آپ پر ہوتا ہے، تو وارڈ کا سٹاف آپ کو دکھائے گا کہ ہسپتال سے نکلنے سے پہلے یہ کیسے کیا جائے۔

اگر آپ کمپریشن سٹاکنگز پہن سکتے ہوئے، تو ہم آپ کو خون کی پھٹکیاں بننے سے بچنے میں مدد دینے کیلئے انہیں پہننے کا کہیں گے۔

پھٹکیوں سے بچنے میں ورزش بھی بہت اہم کردار ادا کرتی ہے۔ جب آپ جاگ رہے ہوں، تو آپ کو اپنے پیر، ٹانگیں، بازو اور ہاتھ ہر گھنٹے کم از کم پانچ منٹ کیلئے ہلانے کی کوشش کرنی چاہیئے۔ آپ کو باقاعدگی سے حرکت کرنی چاہیئے۔

جب میں گھر جاؤں تو مجھے کس چیز کا خیال رکھنا ہوتا ہے؟

اس قسم کے آپریشن کے بعد سنگین مسائل کا پیش آنا غیر معمولی بات ہے، لیکن اگر وہ پیش آجائیں، تو ان کا جلد از جلد علاج کرنا اہم ہے۔ لہذا یہ جاننا اہم ہے کہ کس چیز کا خیال رکھا جائے۔

سرجری کے بعد پہلے دو ہفتوں کے دوران، اگر آپ کسی چیز کے متعلق پریشان ہوں، تو براہ کرم اس کتابچے کی پشت پر درج نمبروں پر فون کریں۔ اگر آپ درج کردہ کسی بھی شخص سے رابطہ نہ کر پائیں، تو اپنے GP کو کال کریں، یا اگر ضرورت ہو، تو اپنے قریب ترین ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ (A&E) چلے جائیں۔

اگر آپ نے کیی ہول سرجری کروائی ہے اور آپ کو ہسپتال سے گھر جانے کے تین دن کے اندر اندر کوئی سے مسائل پیش آتے ہیں، تو براہ کرم یہاں رابطہ کریں:

B5 سرجیکل اسیسمنٹ یونٹ (Surgical Assessment Unit) رابطہ نمبر 01384 244359

پیٹ درد

اپنی آنت کا کچھ حصہ نکلوانے کے پہلے ہفتے بعد پیٹ کے فوری درد کا شکار ہونا خاصی عام بات ہے۔ درد عموماً چند منٹ تک برقرار رہتے ہیں اور پھر جھٹکوں کے درمیان کم ہو جاتے ہیں۔

البتہ، اگر آپ کو ایسا شدید درد ہو جو کئی گھنٹوں تک جاری رہے، تو ممکن ہے آپ کو اس جگہ سے مائع کا اخراج ہو جہاں آنت کو آپس میں جوڑا گیا ہے۔ اگرچہ یہ شادونادر ہی ہوتا ہے لیکن سنگین ہو سکتا ہے۔ اگر آپ کے ساتھ ایسا ہو، تو آپ کو بخار بھی ہو سکتا ہے۔

لہذا، اگر آپ کے آپریشن کے بعد آپ کو ایک یا دو گھنٹوں سے زائد کیلئے برقرار رہنے والا شدید درد ہو، یا بخار ہو، یا عمومی طور پر ناساز طبیعت محسوس کریں، تو اس کتابچے میں درج نمبروں میں سے کسی ایک پر کال کریں۔

رفع حاجت کی عادات

آپ کی آنت کا کچھ حصہ نکال لیے جانے کے بعد آپ کی رفع حاجت کی عادات تبدیل ہو سکتی ہیں۔ مثلاً ہو سکتا ہے آپ کی اجابت ڈھیلی ہو جائے یا آپ کو قبض ہو جائے۔ اس سے بچنے کیلئے، یقینی بنائیں کہ آپ اپنے آپریشن کے بعد پہلے دو ہفتوں کے دوران دن میں کم از کم تین مرتبہ باقاعدگی سے کھانا کھائیں، کافی پانی پیئیں اور باقاعدگی سے چہل قدمی کریں۔

اگر آپ تین دن سے زائد کیلئے قبض کا شکار ہوں، تو آپ قبض کشاء دوائی لینے کے قابل ہو سکتے ہیں۔ البتہ، ہم تجویز دیں گے کہ مشورے کیلئے آپ پہلے ہم سے یا اپنے GP سے رابطہ کریں۔ اگر آپ کو چار دن سے زائد عرصے سے فی دن تین بار سے زائد پتلا پاخانہ آ رہا ہو، تو براہ کرم مشورے کے لیے ہم سے یا اپنے GP سے رابطہ کریں۔

اگر آپ کو سٹوما لگا ہوا ہے، تو آپ کے گھر جانے سے قبل آپ کی بڑی آنت اور مقعد کے امراض کی نرس/سٹوما نرس آپ سے گفتگو کرے گی کہ اس کا نظم کیسے کرنا ہے۔

خون کی پھٹکیاں

سرجری کی کسی بھی قسم کے بعد خون کی پھٹکیاں پیدا ہونے کا امکان ہوتا ہے اور اگرچہ یہ شاذونادر ہی ہوتی ہیں، لیکن یہ جاننا اہم ہے کہ آپ نے کن باتوں پر نظر رکھنی ہے۔ اگر آپ کسی بھی ٹان میں درد، سرخی اور/یا سوجن ہو جائے، تو آپ کو فوراً اپنے GP سے یا اس وارڈ سے رابطہ کرنا چاہیئے جس میں آپ اپنے آپریشن کے بعد رہے تھے۔

بہت کبھی کبھار، خون کی پھٹکیاں پھیپھڑوں تک سفر کر سکتی اور آپ کو سینے میں درد اور/یا سانس پھولنے کی کیفیت لاحق ہونے کا سبب بن سکتی ہیں۔ یہ ایک ہنگامی صورتحال ہے اور آپ کو 999 پر ڈائل کر کے ایمبولینس طلب کرنی چاہیئے۔

زخم کی نگہداشت

پہلے ایک تا دو ہفتے تک آپ کا زخم شاید کچھ تکلیف دہ محوس کرے۔ براہ کرم اپنے GP یا اس وارڈ سے رابطہ کریں جس میں آپ اپنے آپریشن کے بعد رہے تھے، اگر آپ کا زخم:

- گرم ہو جائے، سوزش کا شکار ہو، پھول جائے یا بہت درد کرنے لگے
- رس رہا ہو

غذا

ایک متوازن، متنوع غذا کی تجویز دی جاتی ہے اور آپ کو دن میں تین یا زائد مرتبہ کھانا کھانے کی کوشش کرنی چاہیئے۔ ہو سکتا ہے آپ کو اس بنیاد پر اپنے کھانے میں ریشے دار غذا کو بدلنا پڑے کہ آیا آپ کو قبض ہے یا پتلا پاخانہ آ رہا ہے۔

اگر آپ کو سٹوما لگا ہوا ہے، تو سٹوما کی نگہداشت کی نریں آپ کو اس بارے میں ماہرانہ مشورہ دیں گی کہ کیا کھانا ہے۔

یہ اہم ہے کہ آپ درست کھانے کھائیں جن میں پروٹین، کیلوریز اور آپ کے جسم کو مندمل ہونے میں مدد دینے والے غذائی اجزاء شامل ہوں۔ اگر آپ کو کھانا کھانے میں دشواری ہو رہی ہے تو آپ دن میں تین سے چار غذائی اجزاء پر مشتمل مشروبات لینے سے بھی فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ ان میں فورٹیسپ اور فورٹی جوس شامل ہیں جن کا نسخہ آپ کا GP لکھ کر دیتا ہے، یا پھر میریٹین انرجس شیکس (Meritene Energis Shakes) یا کمپلان (Complan) جو آپ کیمسٹ کی دکان سے خرید سکتے ہیں۔

اگر چند ہفتوں بعد آپ کی بھوک بہتر نہ ہو، یا آپ کا وزن بغیر کوشش کیے ہی گھٹ رہا ہو، تو ماہر غذائیت کے ساتھ مشاورت سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ آپ کا کنسلٹنٹ، GP یا بڑی

آنت اور مقعد /سٹوما کی نرس سپیشلسٹ آپ کو ایک ماہرِ غذائیت کے پاس جانے کا حوالہ دے سکتی ہے۔

ورزش، مشاغل اور سرگرمیاں

ہم آپ کی حوصلہ افزائی کرتے ہیں کہ سرجری کے بعد جلد از جلد فعال ہو جائیں۔ آپ کو منصوبہ بندی کرنی چاہیئے کہ دن میں کئی مرتبہ ورزش کریں اور اپنے آپریشن کے بعد آہستہ آہستہ اس میں اضافہ کریں۔

سرجری کے بعد جلد از جلد اپنے عمومی مشاغل اپنا لینا بھی آپ کو فعال ہونے میں مدد دے گا جس سے آپ کو مندمل ہونے میں مدد ملے گی۔ بس تھوڑا خیال رکھیں – اگر آپ کا زخم درد سے پاک ہو، تو آپ کو زیادہ تر سرگرمیاں کرنے کے قابل ہونا چاہیئے۔

البتہ، آپ کو سرجری کے بعد چھ ہفتے تک کوئی بھاری چیز نہیں اٹھانی چاہیئے (شاپنگ بیگز سمیت)۔

کام

بہت سے لوگ اپنی سرجری کے چار ہفتوں کے اندر اندر کام کرنے پر لوٹنے کے قابل ہو جاتے ہیں۔ البتہ، اگر آپ کے کام میں بھاری جسمانی مشقت شامل ہو، تو ہمارا مشورہ ہے کہ آپ اپنے آپریشن کے بعد چھ ہفتے کی چھٹی لے لیں۔ اگر آپ اس بارے میں پر یقین نہیں ہیں کہ آپ کو کام پر کب لوٹنا چاہیئے، تو براہ کرم اپنے GP سے مشورہ طلب کریں۔

ڈرائیونگ

جب تک آپ اس بارے میں پر اعتماد نہ ہوں کہ آپ ڈرائیونگ کے قابل ہو گئے ہیں، ڈرائیونگ نہ کریں۔ ہم مشورہ دیں گے کہ آپ کم از کم چھ ہفتے تک انتظار کریں۔

یہ اہم ہے کہ کوئی بھی درد اتنا کم ہو گیا ہو کہ آپ ہنگامی طور پر گاڑی روکنے اور ہنگامی صورت میں سٹیئرنگ کو تیزی سے موڑنے کے قابل ہوں۔ آپ کو یہ بھی یقینی بنانا چاہیئے کہ آپ اپنی گاڑی میں بیٹھ سکتے ہوں، سیٹ بیلٹ باندھ سکیں، تمام پیڈلز دبا سکیں اور کسی بھی بے چینی کے بغیر اپنا سر موڑ سکیں۔

اگر آپ کو کوئی سی سی بھی ایسی تکلیف ہو جو آپ کی توجہ بٹا سکتی ہو، تو ڈرائیو نہ کریں۔

یہ بات بہت اہم ہے کہ آپ اپنی انشورنس کمپنی سے پتہ کرتے رہیں کہ آپ اپنی سرجری کے بعد دوبارہ ڈرائیو کب کر سکتے ہیں۔

سٹوما کی نگہداشت

آپ کے گھر جانے سے قبل سٹوما نرسز آپ کو اس سامان کی فراہمی دیں گی جو آپ کو اپنے سٹوما کی نگہداشت کیلئے درکار ہو گا۔ بڑی آنت اور مقعد کی نرس/سٹوما نرس جو آپ کی نگہداشت کی ذمہ دار ہو، آپ سے گفتگو کرے گی کہ وہ آپ کو کب کال کریں گی، اور سٹوما کلینک میں آپ سے ملاقات کرنے کا بندوبست کرے گی۔

وہ آپ کو رابطے کے ٹیلی فون نمبرز اور آپ کے سٹوما کے متعلق معلومات اور مشورہ بھی دیں گی۔

مجھے فالو اپ کی کیا نگہداشت وصول ہو گی؟

نرسنگ سٹاف کا/کی ایک رکن آپ کو آپ کے ہسپتال سے جانے کے ایک سے تین دن بعد کال کرے گا/گی۔ اس سے آپ کو کوئی سے خدشات کے متعلق گفتگو کرنے کا موقع ملے گا اور ہم گھر پر آپ کی پیش رفت جانچ سکیں گے۔

آپ کی آنت کا وہی حصہ جو نکال لیا جاتا ہے، ہماری لیبارٹری میں اس کا معائنہ کیا جائے گا۔ جب اس کا تجزیہ ہو جائے گا، تو ہم آپ کو آپ کے کنسلٹنٹ سرجن کے ساتھ بیرونی مریض کے طور پر ایک طے شدہ ملاقات کی دعوت بھیجیں گے جو ان نتائج پر گفتگو کرے گا۔ آپ کا کنسلٹنٹ آپ کو یہ بتانے کے قابل ہو گا کہ آیا کوئی مزید علاج جیسا کہ کیموتھیراپی قابل تجویز ہے۔

اگر آپ کو مزید کوئی علاج درکار ہوا، تو ہم آپ کو ایک میڈیکل آنکالوجسٹ (medical oncologist) کا حوالہ دیں گے جو آپ سے اس بارے میں گفتگو کرے گا۔ ہو سکتا ہے بعض مریضوں کو پہلے ہی معلوم ہو کہ انہیں مزید علاج درکار ہے۔ اس صورت میں آنکالوجسٹ آپ کو آپ کے نتائج دے گا اور آپ کے ساتھ آپ کے علاج کے منصوبے پر گفتگو کرے گا۔

ہم آپ کو آپ کی سرجری کے بعد کم از کم پانچ سال تک فالو اپ کی ملاقاتیں بھیجیں گے۔ ان ملاقاتوں کے دوران، آپ یہ کروا سکتے ہیں:

- جسمانی معائنہ
- خون کے ٹیسٹ جن میں آپ کے CEA کے درجات کی جانچ شامل ہو گی۔ یہ کینسر کے خلیات پر پائے جانے والے پروٹینز ہوتے ہیں، خصوصاً بڑی آنت اور مقعد کے کینسر سے وجود میں آنے والے۔
- کولونوسکوپی – ایسا ٹیسٹ جو آپ کے ڈاکٹر کو اس قابل بناتا ہے کہ آپ کی بڑی آنت کی اندرونی سطح کا جائزہ لے۔
- CT سکینز

البتہ، اس کا انحصار آپ کی حالت پر ہو گا۔

آپریشن کے بعد میں کیسا محسوس کروں گا/گی؟

سرجری کروانا جسمانی اور جذباتی طور پر ایک پریشان کن تجربہ ہو سکتا ہے۔ گھر پر اپنے پہلے چند ہفتوں میں، ہو سکتا ہے آپ کچھ دن ایسے گزاریں جن میں آپ خاصے اداس محسوس کریں۔

بعض لوگوں کو جب بتایا جائے کہ انہیں کینسر ہے تو وہ جذبات سے مغلوب ہو جاتے ہیں۔ کئی مختلف جذبات ابھر آتے ہیں جو کہ تذبذب اور موڈ میں اکثر تبدیلیاں پیدا کر سکتے ہیں۔

البتہ، یہ ردعمل فرد بہ فرد مختلف ہوتے ہیں۔ یہ جذبات اس عمل کا حصہ ہیں جس سے مریض اپنے مرض کو تسلیم کرنے کے دوران گزرتے ہیں، اور دوست اور رشتہ دار اکثر اسی طرح کے جذبات کا سامنا کر سکتے ہیں اور انہیں بھی معاونت اور راہنمائی درکار ہوتی ہے۔

یہ یاد رکھنا اہم ہے کہ آپ کی اور آپ کے خاندان کی مدد کیلئے لوگ موجود ہیں۔ ہو سکتا ہے آپ کو کسی ایسے شخص سے بات کرنا زیادہ آسان معلوم ہو جو آپ کی بیماری سے براہ راست منسلک نہیں ہے، اس لیے ہو سکتا ہے آپ کو کسی کاؤنسلر سے بات کرنا مددگار معلوم ہو۔ ڈڈلی (Dudley) میں ہمارے پاس ایک سائیکالوجی ہیلتھ کیئر ڈیپارٹمنٹ (Psychology Healthcare Department) ہے جس کا ہم اپنے مریضوں کو ہم ماہرانہ نفسیاتی معاونت کیلئے حوالہ دیتے ہیں۔

آپ اپنے بڑی آنت اور مقعد کے امراض کی سپیشلسٹ نرس/کلیدی کارکن سے بھی ملاقات کر سکتے ہیں کہ خود کو درپیش ہونے والی کوئی سی پریشانیوں پر گفتگو کریں۔ آپ کی بڑی آنت اور مقعد کی سپیشلسٹ نرس/کلیدی کارکن آپ کے ساتھ ایک تشخیص مکمل کروا سکتا ہے جسے مجموعی ضروریات کی تشخیص کہا جاتا ہے۔ یہ اس طرح تیار کی گئی ہوتی ہے کہ آپ کے خصوصی خدشات اور پریشانیوں سے نمٹنے کیلئے ہمیں آپ کے ساتھ کام کرنے میں مدد دے تاکہ ہم آپ کو وہ معاونت فراہم کر سکیں جو آپ کو درکار ہو۔

ہو سکتا ہے آپ ایسے دوسرے لوگوں کے ساتھ ملنا چاہیں جو آپ سے ملتی جلتی کیفیت میں ہوں یا موجود رہے ہوں۔ اسی وجہ سے معاونت، معلومات، اور سکون اور تھیراپیز کیلئے ڈڈلی میں کینسر سپورٹ ایٹ دی وائٹ ہاؤس (Cancer Support at the White House) مریضوں، رشتہ داروں اور نگہداشت کنندگان کیلئے دستیاب ہے۔ جیون ساتھیوں کی بھی حوصلہ افزائی کی جاتی ہے کہ وہ معاونت، معلومات اور سکون کیلئے ساتھ جائیں۔ رابطہ تفصیلات اس کتابچے کے اختتام پر کارآمد پتوں کی فہرست میں شامل ہیں۔

کیا میں مزید معلومات تلاش کر سکتا/سکتی ہوں؟

کارآمد پتوں اور رابطہ تفصیلات کی فہرست یہ ہے:

بیٹنگ باؤل کینسر (Beating Bowel Cancer)

Harlequin House

7 High Street

Teddington

TW11 8EE

020 8973 0011

www.beatingbowelcancer.org.uk

بینفٹس ایڈوائس (Benefits Advice)

<http://www.dudley.gov.uk/resident/care-health/dudley-social-services/paying-for-care/benefits-advice>

وائٹ ہاؤس کینسر سپورٹ (White House Cancer Support)

10 Ednam Road

Dudley

West Midlands

DY1 1JX

01384 231232

فیکس: 01384 459975

info@support4cancer.org.uk

www.support4cancer.org.uk

کینسر ریسرچ یو کے (Cancer Research UK)

PO Box 1561

Oxford

OX4 9GZ

0300 123 1022

www.cancerresearchuk.org

سٹیزنز ایڈوائس بیورو (Citizens Advice Bureau)

www.citizensadvice.org.uk

سٹیزنز ایڈوائس بیورو – ڈڈلی برانچ (Citizens Advice Bureau – Dudley)

(Branch)

0344 411 1444

ای میل: dudleybureau@dudleycabx.org

کولون کینسر کنسرن (Colon Cancer Concern)

www.canceractive.com

کولوسٹومی ایسوسی ایشن (Colostomy Association))

Enterprise House

95 High Street

Reading

RG1 4QA

0800 328 4257

www.colostomyassociation.org.uk

کروہنز اینڈ کولائٹس UK (Crohn's and Colitis UK)

45 Grosvenor House

St. Albans

Hertfordshire

AL1 3AW

0300 222 5700

www.crohnsandcolitis.org.uk

ڈڈلی سٹاپ سموکنگ سروس (Dudley Stop Smoking Service)

01384 456111 ایکسٹینشن 2783

[/http://dgft.nhs.uk/services-and-wards/stop-smoking-service](http://dgft.nhs.uk/services-and-wards/stop-smoking-service)

الیوسٹومی اینڈ انٹرنل پاؤچ سپورٹ گروپ (Ileostomy and Internal Pouch)

(Support Group)

Danehurst Court

35-37 West Street

Rochford

Essex

SS4 1BE

0800 018 4724

www.iasupport.org

الیوسٹومی ایسوسی ایشن سٹوربرج پراج

سیکرٹری سے رابطہ کریں

01562 755630

Stourbridge.iasupport.org

ای میل: stourbridge@iasupport.org

لنڈن باؤل کینسر کیمپین (Lynn's Bowel Cancer Campaign)

www.bowelcancer.tv

میک ملن کینسر سپورٹ (Macmillan Cancer Support)

89 Albert Embankment

London

SE1 7UQ

0808 808 00 00 (سوموار تا جمعہ، صبح 9 تا رات 8 بجے)

ویب سائٹ: www.macmillan.org.uk

Glossary of terms

یہ وہ چند طبی الفاظ اور اصطلاحات ہیں جن سے آپ کا اپنی ملاقاتوں میں واسطہ پڑ سکتا ہے۔

اینلجیزیا (Analgesia)

درد سے آرام

ایناسٹوموسس (Anastomosis)

سرجن کے مرض کا شکار آنت کے کاٹنے (علیحده کرنے) کے بعد صحت مند آنت کے دو حصوں کو آپس میں جوڑنے کا عمل۔

کیموتھیراپی (Chemotheapy)

کینسر والے خلیات پر حملہ کرنے کیلئے دی جانے والی ادویات کی تھیراپی

الیکٹرولائٹس (Electrolytes)

خون میں موجود نمکیات مثلاً سوڈیم، پوٹاشیم اور کیلشیم

اینیما (Enema)

مقعد کے ذریعے دیا جانے والا مائع تاکہ پاخانے کے نکلنے میں آسانی ہو۔

پاخانہ (Faeces)

دبر سے خارج ہونے والا ناکارہ مواد (دیگر نام – سٹولز، موشنز)

آنکالوجسٹ (Oncologist)

وہ ڈاکٹر جو ادویات اور ریڈیوتھیراپی کے ذریعے کینسر کے علاج میں مہارت رکھتا ہو۔

پیتھالوجی (Pathalogy)

مرض کی وجہ کا علم۔

سٹوما (Stoma)

آنت کے ایک حصے کی سرجری کے ذریعے پیٹ کی دیوار میں بنایا جانے والا ایک مصنوعی سوراخ جو سٹول کو جسم سے خارج کرنے کے قابل بناتا ہے۔

ٹيومر (Tumor)

خلیات کی غیر معمولی افزائش جو بے ضرور (کینسر سے پاک) بھی ہو سکتی ہے اور بیماری زدہ (کینسر والی) بھی۔

رابطہ معلومات

اگر آپ کے پاس کوئی سوالات ہوں، یا کوئی ایسی چیز ہو جو آپ اس کتابچے کے متعلق نہیں سمجھے، تو براہ کرم رابطہ کریں:

بڑی آنت اور مقعد/سٹوما کی نگہداشت کی سپیشلسٹ نرسیں

01384 244286 (صبح 8.30 تا شام 6 بجے، سوموار تا جمعرات، صبح 8.30 بجے تا شام 5 بجے جمعہ). اگر ہم دستیاب نہ ہوں، تو براہ کرم آنسرنگ مشین پر ایک پیغام چھوڑ جائیں تو ہم آپ سے رابطہ کر لیں گے۔

یا

وارڈ B4 (ویسٹ ونگ)

01384 244126 (اوقات کے علاوہ یا ویک اینڈز پر)

ان چارج نرس سے بات کرنے کی درخواست کریں۔ اگر نرسنگ سٹاف آپ کے سوالات کا جواب نہ دے سکے، تو وہ متبادل سوالات کا مشورہ دیں گے۔

اہم معلومات

اگر آپ نے کیلی بول (لیپروسکوپک) سرجری کروائی ہوئی ہے اور آپ کو ہسپتال سے گھر جانے کے تین دن کے اندر اندر کوئی سے مسائل درپیش ہوئے ہیں، تو براہ کرم یہاں رابطہ کریں:

B5 سرجیکل اسیسمنٹ یونٹ (Surgical Assessment Unit) رابطہ نمبر 01384 244359

رسلز ہال ہاسپٹل (Russells Hall Hospital) سوئچ بورڈ نمبر: 01384 456111

یہ کتابچہ یہاں سے ڈاؤن لوڈ یا پرنٹ کیا جا سکتا ہے:

[/http://dgft.nhs.uk/services-and-wards/oncology](http://dgft.nhs.uk/services-and-wards/oncology)

اگر آپ کو اس مریض کے معلوماتی کتابچے کے متعلق کوئی ردعمل فراہم کرنا ہے، تو براہ کرم dgft.patient.information@nhs.net پر ای میل کریں

براہ کرم نوٹ کریں کہ ہم نگہداشت سے متعلق تمام مریضوں کی تفصیلات ڈیپارٹمنٹ میں ایک کمپیوٹر پروگرام پر محفوظ رکھتے ہیں۔

This leaflet can be made available in large print, audio version and in other languages, please call 0800 073 0510.

للحصول على هذه النشرة بحجم أكبر، وعلى شكل إصدار صوتي و بلغات أخرى، الرجاء الاتصال بالرقم 08000730510.

此宣传单可提供大字版本、音频版本和其它语言版本，请拨打电话：0800 073 0510。

Ulotka dostępna jest również w dużym druku, wersji audio lub w innym języku. W tym celu zadzwoń pod numer 0800 073 0510.

ਇਹ ਪਰਚਾ ਵੱਡੇ ਅੱਖਰਾਂ، ਬੋਲ ਕੇ ਰੀਕਾਰਡ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਦੂਸਰੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, 0800 073 0510 ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜੀ।

Aceasta broșura poate fi pusă la dispoziție tipărită cu caractere mari, versiune audio sau în alte limbi, pentru acest lucru va rugăm sunați la 0800 073 0510.

یہ کتابچہ آپ کو بڑے حروف کی لکھائی، سعی صورت اور دیگر زبانوں میں مہیا کیا جا سکتا ہے۔ برائے مہربانی فون نمبر 08000730510 پر رابطہ کریں۔