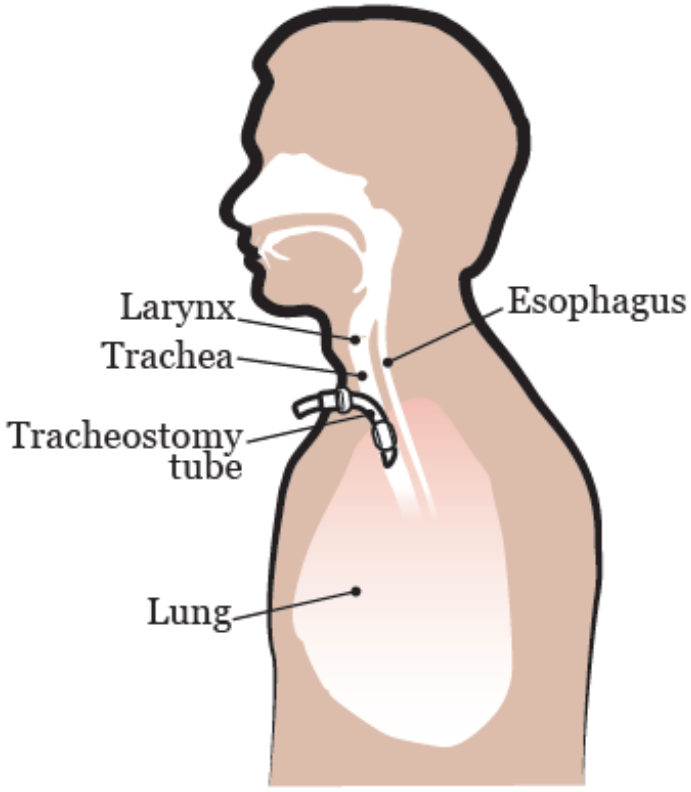
تعليم المريض/ مقدم الرعاية

الاعتناء بفغر الرغامى

تساعدك هذه المعلومات على الاعتناء بفغر الرغامى.

نبذة عن القصبة الهوائية

القصبة الهوائية هي جزء من الجهاز التنفسي. يبلغ طولها حوالي 4 بوصات ونصف (11 سنتيمتر) وتوجد في الجزء الأمامي من الرقبة (انظر الشكل 1). وهي تمتد من الحنجرة حتى الرئتين.



الشكل 1. تركيب أنبوب فغر الرغامى

عندما تتنفس، ينتقل الهواء من أنفك أو فمك إلى الحنجرة مرورًا بالقصبة الهوائية ومنها إلى الرئتين. يُعرف هذا المسار بمجرى التنفس.

نبذة عن فغر الرغامى

فغر الرغامى هو فتحة جراحية في القصبة الهوائية. وهو يُسهل عملية التنفس ويحول دون انسداد مجرى التنفس. قد تقتضي الضرورة إجراء فغر الرغامى لك في الحالات التالية:

- وجود ورم يسد أو يُضيق مجرى التنفس.
- وجود إفرازات (مخاط) تسد أو تُضيق مجرى التنفس.
- الخضوع لجراحة من المحتمل أن تؤدي إلى حدوث تورم يسد أو يُضيق مجرى التنفس.

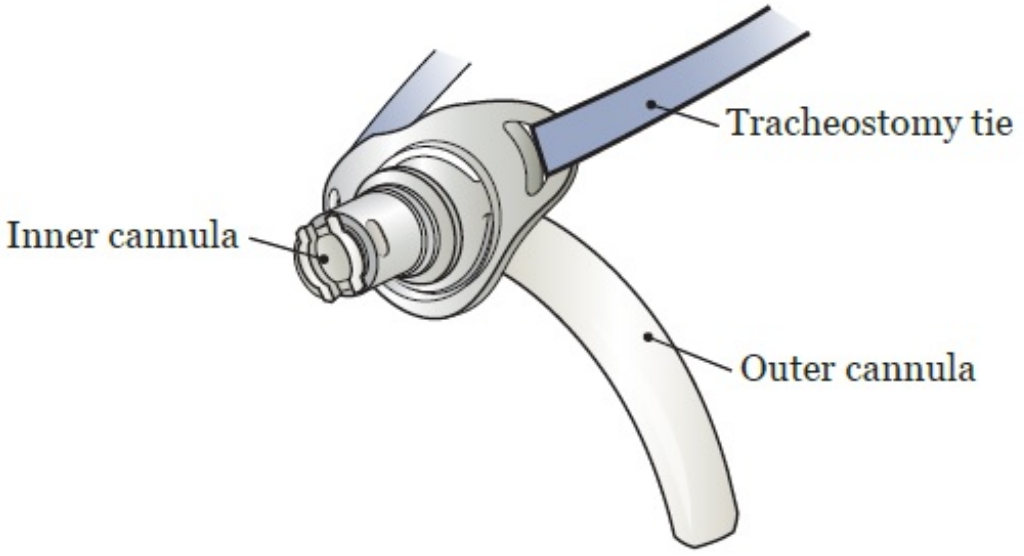
ربما يكون فغر الرغامى مؤقتًا أو دائمًا. سيتحدث معك طبيبك بشأن المدة التي ستحتاجه خلالها.

نبذة عن أنبوب فغر الرغامى

أنبوب فغر الرغامى هو أنبوب مُجوف يوضع داخل فغر الرغامى لمنع إغلاقه. بمجرد إجراء فغر الرغامى، سيتعين عليك استخدام أنبوب فغر الرغامى طوال الوقت.

يضم أنبوب فغر الرغامى 3 أجزاء (انظر الشكل 2):

- قُنية خارجية مثبتة دائمًا في مكانها. وهي تساعد على منع إغلاق فغر الرغامى. **لا تنزع القُنية الخارجية.** ينبغي للطبيب أو الممرضة فقط نزعها.
- قُنية داخلية يمكن أن تتحرك للداخل وللخارج. يجب عليك تغيير القُنية الداخلية مرتين يوميًا. فهذا يحول دون تراكم الإفرازات بالداخل وانسداد مجرى التنفس. **لا تترك القُنية الداخلية في الخارج لأكثر من بضع دقائق.** احتفظ بها في مكانها إلا في حالة تغييرها.
- رباط فغر الرغامى الذي يلتف حول رقبتك ويتصل بالقُنية الخارجية. وهو يُثبت أنبوب فغر الرغامى في مكانه.



الشكل 2. القُنيتان الداخلية والخارجية

التواصل مع وجود فغر الرغامى

في حالة إجراء فغر الرغامى لك، لن تكون لك القدرة على الكلام بالشكل المعتاد. ويمكن لأغلب الأشخاص التحدث بتغطية فتحة أنبوب فغر الرغامى بأحد الأصابع. وستُعلمك الممرضة بكيفية القيام بذلك. كما ستعطيك ورقة وقلم لمساعدتك على التواصل.

احرص دائمًا على حماية مجرى التنفس في حالة وجود فغر الرغامى.

- لا تغمر نفسك تحت الماء (مثلما الحال في حوض الاستحمام أو حمام السباحة).
- تجنب السباحة أثناء تركيب أنبوب فغر الرغامى لديك. بعد إزالة الأنبوب، تجنب السباحة حتى يتم إغلاق فغر الرغامى تمامًا.
- تجنب رش أو تناثر الماء مباشرةً على فغر الرغامى أثناء الاستحمام. وجه الماء بحيث يسقط أسفل رقبتك ووجهك بعيدًا عن الفغر، أو استخدم واقي الاستحمام الذي أعطتك الممرضة إيه.

من المهم أيضًا استخدام جهاز ترطيب أثناء وجود فغر الرغامى لديك، لا سيما خلال الليل. وهو يساعد على انحلال الإفرازات بحيث لا تسد أنبوب فغر الرغامى.

الاعتناء بفغر الرغامى

أثناء وجودك في المستشفى، ستُعلمك الممرضة بكيفية الاعتناء بفغر الرغامى. ستتعلم كيفية:

- **شفط أنبوب فغر الرغامى.** وهذا يعمل على إزالة الإفرازات من مجرى التنفس لتسهيل عملية التنفس.
- **تنظيف قسطرة الشفط.** وهذا يساعد على الوقاية من العدوى.
- **استبدال القُنية الداخلية.** وهذا يحول دون انسدادها بسبب الإفرازات.
- **تنظيف الجلد المحيط بفغر الرغامى.** وهذا يساعد على منع تهيُّجه.
- **ترطيب الهواء الذي تتنفسه.** وهذا يساعد على انحلال الإفرازات بحيث يسهل شفطها.

عندما تغادر المستشفى بعد إجراء فغر الرغامى، يجب عليك الاعتناء به في المنزل. ستحصل على المستلزمات المطلوبة قبل مغادرة المستشفى. وربما تزورك أيضًا ممرضة في المنزل لمساعدتك. سيخطط فريق الرعاية الصحية الخاص بك لهذه الأمور معك.

يمكنك استخدام التعليمات التالية لتتذكر كيفية الاعتناء بفغر الرغامى.

كيفية شفط أنبوب فغر الرغامى

ستخبرك الممرضة بكيفية القيام بذلك.

1. اجمع المستلزمات. ستحتاج إلى:
   - جهاز شفط يضم أنبوبًا بلاستيكيًا
   - قسطرة شفط
   - مرآة
   - وعاء أو كوب كبير مملوء بالماء
   - 2 إلى 4 ضمادات شاش جافة
   - قطعة قماش نظيفة وجافة أو منشفة ورقية

   يمكنك استخدام مرآة مُعلقة على الحائط أو موجودة فوق سطح مستوٍ.
2. اغسل يديك جيدًا بالماء والصابون أو استخدم معقم يدين كحوليًا.
3. قم بتوصيل قسطرة الشفط بالأنبوب البلاستيكي لجهاز الشفط.
4. ضع المرآة في موضع يتيح لك رؤية فتحة أنبوب فغر الرغامى.
5. قم بتشغيل جهاز الشفط. (إذا كنت في المستشفى، فافتح المشبك على أنبوب الشفط بدلاً من ذلك).
6. أمسك قسطرة الشفط واضغط عليها بين إصبعي الإبهام والسبابة لمنع الشفط.
7. اسعل بعمق لإخراج أي إفرازات.
8. استمر في الضغط على قسطرة الشفط. أدخلها لمسافة 3 إلى 5 بوصات (8 إلى 13 سنتيمتر) داخل أنبوب فغر الرغامى.
9. توقف عن الضغط على قسطرة الشفط لبدء الشفط. **لا تترك قسطرة الشفط داخل القصبة الهوائية لمدة تزيد عن 10 ثوانٍ. فقد يسبب تركها مدة أطول مما ينبغي ضيق التنفس.**
10. اسحب قسطرة الشفط ببطء مع القيام بحركة دائرية خارج فغر الرغامى. يساعد دوران القسطرة على شفط الإفرازات الموجودة على جميع جوانب القصبة الهوائية وأنبوب فغر الرغامى.
11. امسح الإفرازات من على الجزء الخارجي لقسطرة الشفط باستخدام ضمادة شاش جافة.
12. اشطف الإفرازات الموجودة على الجزء الداخلي من قسطرة الشفط من خلال شفط الماء إلى داخلها.

كرر هذه الخطوات إذا شعرت أنه لا تزال هناك بعض الإفرازات التي يجب التخلص منهˇ. إذا كنت بحˇجة لتكرار الشفط لأكثر من مرتين أو 3 مرات، فاسترح لبضع دقائق ثم ابدأ مرة أخرى.

بعد الانتهˇء:

1. تأكد من نظافة قسطرة الشفط والأنبوب البلˇستيكي. اغسل وامسح الجزء الخارجي لقسطرة الشفط واشفط المˇء إلى داخلهˇ لتنظيفهˇ عند اللزوم.
2. افصل قسطرة الشفط من الأنبوب البلˇستيكي الموجود على جهˇز الشفط.
3. ضع قسطرة الشفط على قطعة قمˇش جافة أو منشفة ورقية.
4. إذا كنت في المنزل، فأفرغ الإفرازات الموجودة داخل جهˇز الشفط في المرحˇض. ولا تفرغهˇ في حوض الاستحمˇم. فقد تسد بالوعة الصرف. في المستشفى، سيتولى أحد أعضاء الفريق هذه المهمة بدلاً منك.

أثناء وجودك في المنزل، قم بتغيير قسطرة الشفط مرة كل أسبوع أو أقل إذا اتسخت أو انسدت. إذا كنت في المستشفى، فاستخدم قسطرة جديدة كل مرة.

نظِّف علبة جهˇز الشفط بالمˇء والصˇبون عند اللزوم.

كيفية تغيير القُنية الداخلية وتنظيف الجلد المحيط بفغر الرغامى

انزع القُنية الداخلية وافحصهˇ بانتظام، 3 مرات يوميًا على الأقل. قم بتغييرهˇ مرتين يوميًا: مرة في الصباح وأخرى في الليل. إذا لاحظت تراكم الإفرازات بداخلهˇ، فقم بتغييرهˇ في وقت أسرع.

حˇول ألا تُغير القُنية الداخلية أكثر من مرتين يوميًا. وإلا، فقد تنفذ القُنيات. إذا كنت بحˇجة لتغيير القُنية الداخلية أكثر من مرتين يوميًا، فاتصل بفريق الرعˇية الصحية وأخبرهم بذلك.

1. اجمع المستلزمˇت. ستحتاج إلى:
   - قُنية داخلية جديدة
   - 4 إلى 6 مسحˇت قطنية (أو أي عدد مطلوب)
   - مرآة

   يمكنك استخدام مرآة مُعلقة على الحˇئط أو موجودة فوق سطح مستوٍ.
2. اغسل يديك جيدًا بالمˇء والصˇبون أو استخدم معقم يدين كحوليًا.
3. قف أو اجلس أمˇم المرآة.

4. ثبت القُنية الخارجية في مكانه بإحدى اليدين. افتح القنية الداخلية عن طريق الضغط بلطف على اللسان البارز بيدك الأخرى.
5. حرك القُنية الداخلية للخارج (انظر الشكل 3) وتخلص منه. **لا تترك القُنية الداخلية خارج أنبوب فغر الرغامى لأكثر من بضع دقائق.**



الشكل 3. إخراج القُنية الداخلية

6. التقط القُنية الداخلية الجديدة. اضغط برفق على اللسان البارز وحَرِّكه إلى داخل القُنية الخارجية. حرر موصل اللسان البارز عندما يستقر في موضعه بإحكام على جانبيّ حافة الموصل.
7. نظف الجلد المحيط بأنبوب فغر الرغامى برفق باستخدام المسحات القطنية المبللة.

إذا كنت ستحتفظ بفغر الرغامى لمدة أطول، فسيتولى مقدم الرعاية الصحية الخاص بك تغيير أنبوب فغر الرغامى بالكامل (القنية الداخلية، القنية الخارجية، وأربطة فغر الرغامى) خلال زياراتك للعيادة. **لا تنزع القنية الخارجية لأنبوب فغر الرغامى من تلقاء نفسك.** فربما لا تتمكن من إعادتها مرة أخرى إلى داخل القصبة الهوائية. لا تُغير أربطة فغر الرغامى حتى يخبرك الطبيب بإمكانية القيام بذلك بأمان.

كيفية ترطيب الهواء الذي تتنفسه

استخدم جهاز ترطيب لترطيب الهواء الذي تتنفسه. إذا كنت تريد أو تحتاج المزيد من الترطيب، فيمكنك وضع ضمادة شاش رطبة أمام أنبوب فغر الرغامى. سيساعد هذا في ترشيح وترطيب وتدفئة الهواء الذي تتنفسه.

1. اجمع المستلزمات. ستحتاج إلى:
   - قطعة شاش (4 × 4 بوصات)

- شريط طويل بما يكفي للالتفاف حول رقبتك
- مقص

2. اغسل يديك بالماء والصابون أو استخدم معقم يدين كحوليًا.
3. قف أو اجلس أمام حوض مع مرآة.
4. رطِّب قطعة الشاش بالماء. اقطع قطعة من الشريط طويلة بما يكفي للالتفاف حول رقبتك بشكل مريح.
5. افتح قطعة الشاش واجعلها تتدلى على الشريط. ضع قطعة الشاش أمام فتحة أنبوب فغر الرغامى (انظر الشكل 4). اعقد الشريط على شكل ربطة الزينة خلف رقبتك لتثبيته في مكانه.



الشكل 4. قطعة شاش مبللة موضوعة على فتحة فغر الرغامى

6. احتفظ بقطعة الشاش في مكانها حتى تجف. وتخلص منها بمجرد أن تجف. كرر الخطوات السابقة لاستبدالها.

إزالة أنبوب فغر الرغامى

سيقوم طبيبك بإزالة أنبوب فغر الرغامي عندما لا تصبح بحاجة إليه. لن تشعر بأي ألم عند إخراجه. ولن تكون بحاجة لجراحة، لأن الفتحة ستُغلق من تلقاء نفسها. ولن تكون بحاجة إلى غرز جراحية.

قبل إزالة أنبوب فغر الرغامى، ستضع غطاءًا على القنية الداخلية. سيسد هذا الغطاء فغر الرغامى حتى تتنفس بشكل طبيعي. ستترك الغطاء في مكانه لمدة 24 ساعة على الأقل. إذا كان يمكنك التنفس

بشكل طبيعي مع وجود الغطاء في مكانه، فسيزيل طبيبك أنبوب فغر الرغامى ويضع ضمادة فوق موضع الفغر.

- حافظ على الضمادة فوق فغر الرغامى حتى يُغلق تمامًا. سيُخبرك مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بتوقيت حدوث ذلك. وهو يستغرق عادةً أسبوع إلى أسبوعين تقريبًا.
- قم بتغيير الضمادة مرتين يوميًا أو أكثر إذا اتسخت. نظف الجلد الذي تغطيه الضمادة باستخدام قطع شاش رطبة كل مرة عند تغيير الضمادة.
- ضع إصبعك فوق الضمادة عند السعال أو الكلام. فهذا يساعد على إغلاق فغر الرغامى.

نقاط مهمة

- **انزع القنية الداخلية على الفور إذا شعرت بصعوبة في التنفس.** وإذا أصبح التنفس أسهل، فربما كانت القُنية الداخلية مسدودة. افحص القنية الداخلية واستبدلها بأخرى جديدة عند اللزوم. **اتصل برقم 911 أو توجه إلى أقرب غرفة طوارئ على الفور إذا لم يتحسن التنفس.**
- إذا تم نزع أنبوب فغر الرغامى بالكامل عن طريق الخطأ، فلا داعي خوف. سيظل فغر الرغامى مفتوحًا لساعات أو أيام. **اتصل برقم 911 أو توجه إلى أقرب غرفة طوارئ على الفور لإعادة الأنبوب إلى موضعه مرة أخرى.**

إذا كانت لديك أسئلة أو شواغل، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك. سيرد عليك أحد أعضاء فريق الرعاية الصحية الخاص بك أيام الاثنين إلى الجمعة من الساعة 9 صباحًا حتى الساعة 5 مساءً وبخلاف هذه الأوقات، يمكنك ترك رسالة أو التحدث مع أحد مقدمي الرعاية الآخرين في مركز MSK. يتواجد دومًا طبيب مُناوب أو ممرضة مُناوبة. إذا لم تكن متأكدًا بشأن كيفية الوصول إلى مقدم الرعاية الصحية الخاص بك، فاتصل بهاتف رقم 212-639-2000.

لمزيد من الموارد، يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني www.mskcc.org/pe للبحث في مكتبتنا الإلكترونية.

جميع الحقوق مملوكة ومحفوظة لمركزMemorial Sloan Kettering لعلاج السرطان