Memorial Sloan Kettering Cancer Center

દર્દી અને સંભાળદાતા શિક્ષણ

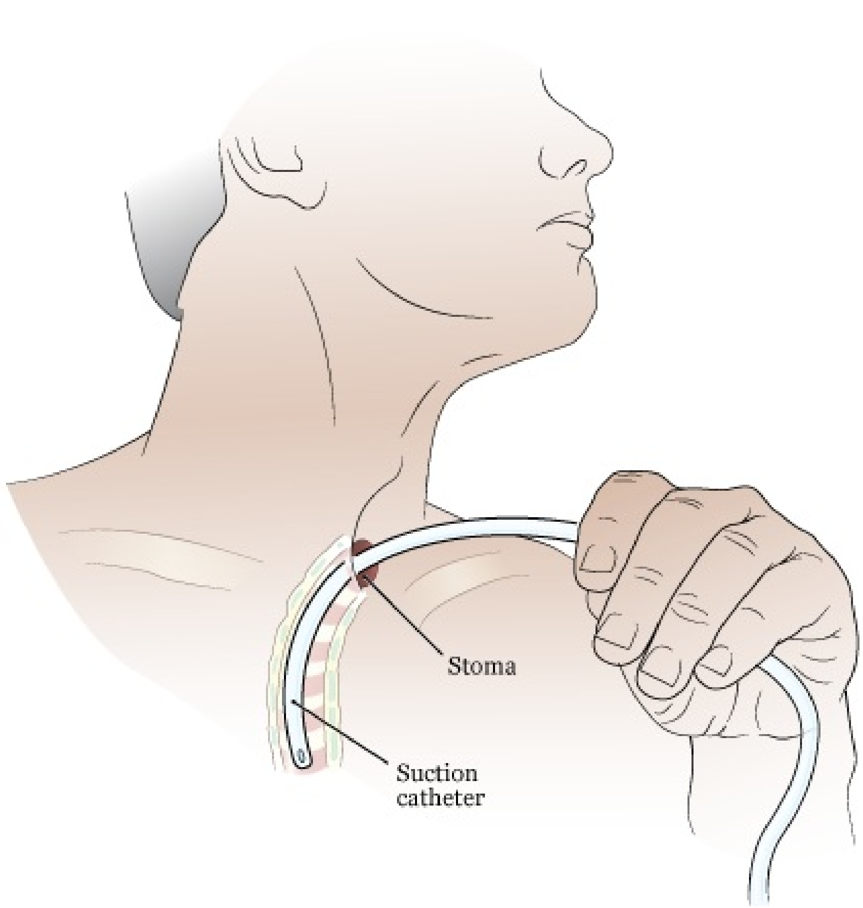
તમારા લેરિન્જેક્ટોમી સ્ટોમાની સંભાળ

આ માહિતી તમારા લેરિન્જેક્ટોમી સ્ટોમામાંથી સક્શન કેવી રીતે કરવું અને તમારી લેરિન્જેક્ટોમી ટ્યુબ કેવી રીતે સાફ કરવી એ સમજાવે છે.

તમારા શ્વાસમાર્ગને ખુલ્લો રાખવો જરૂરી છે, જેથી તમે સરળતાથી શ્વાસ લઈ શકો. તમારા સ્ટોમામાંથી સક્શન કરવાથી તેમાં રહેલા સ્રાવો નીકળી જશે અને હવા તમારા ફેફસાંમાં અંદર-બહાર સરળતાથી જઈ શકશે. તમારી નર્સ તમને તમારા સ્ટોમામાંથી સક્શન કેવી રીતે કરવું અને કેટલી વાર કરવું એ શીખવશે.

તમારા લેરીન્જેક્ટોમી સ્ટોમામાંથી સક્શન કેવી રીતે કરવું

1. તમારી વસ્તુઓ ભેગી કરો. તમને નીચેની વસ્તુઓની જરૂર પડશે:
   - પ્લાસ્ટિકની નળી સાથેનું કફ અને સ્રાવ બહાર કાઢવાનું (સક્શન) મશીન
   - કફ અને સ્રાવ બહાર કાઢવાની નળી (સક્શન કેથેટર)
   - પાણીથી ભરેલો એક વાટકો અથવા મોટો કપ
   - એક અરીસો
   - ચોખ્ખું અને સૂકું કપડું અથવા પેપર ટુવાલ (જ્યારે તમે ઘરે હો ત્યારે)
   - ચોખ્ખા અને સૂકા ગોઝ પેડ (જ્યારે તમે હોસ્પિટલમાં હો ત્યારે)
2. સાબુ અને પાણીથી તમારા હાથ સારી રીતે ધોઈ લો.
3. સક્શન કેથેટરને સક્શન મશીનની પ્લાસ્ટિકની નળી સાથે જોડો.
4. અરીસો એવી રીતે મૂકો કે જેથી તમે તમારા લેરીન્જેક્ટોમી સ્ટોમાનું ખુલ્લું મુખ સ્પષ્ટ રીતે જોઈ શકો.
5. સક્શન મશીન ચાલુ કરો. (જો તમે હોસ્પિટલમાં હો, તો સક્શન મશીનના બદલે સક્શન ટ્યુબિંગ પરની ક્લેમ્પ ખોલો.) સક્શનને અટકાવવા માટે કેથેટરને તમારા અંગૂઠા અને પહેલી આંગળી વચ્ચે દબાવી રાખો.
6. કોઈપણ સ્ત્રાવ બહાર કાઢવા માટે ઊંડી ઉધરસ ખાઓ.
7. સક્શન કેથેટરને દબાવી રાખો. તેને તમારા સ્ટોમામાં અંદાજે 3 થી 5 ઇંચ (8 થી 13 સેન્ટિમીટર) સુધી અંદર મૂકો (આકૃતિ 1 જુઓ).



ચિતર્ 1. તમારા સ્ટોમામાંથી સક્શન કરવું

8. સક્શન શરૂ કરવા માટે કેથેટર પરથી તમારી પકડ છોડી દો. 5 થી 10 સેકન્ડ સુધી અથવા તમારા આરોગ્યસંભાળ પર્દાતાએ સૂચવ્યા મુજબ સક્શન કરો. કેથેટરને તમારી શ્વાસનળીમાં 10 સેકન્ડથી વધુ સમય સુધી રાખશો નહીં. એને વધુ સમય સુધી અંદર રાખવાથી તમને શ્વાસ લેવામાં તકલીફ થઈ શકે છે.
9. ગોળ-ગોળ ફેરવીને, ધીમે ધીમે સક્શન કેથેટરને તમારા સ્ટોમામાંથી બહાર કાઢો. કેથેટરને ગોળ-ગોળ ફેરવવાથી તે તમારી શ્વાસનળી અને સ્ટોમાની બધી બાજુઓમાંથી સર્ાવને સારી રીતે ચૂસી શકે છે.
10. સક્શન કેથેટરની બહારની સપાટી પર લાગેલા સર્ાવને સ્વચ્છ અને સૂકાં કપડાં અથવા પેપર ટુવાલથી સાફ કરો. (જો તમે હોસ્પિટલમાં હો, તો એના બદલે ગોઝ પેડનો ઉપયોગ કરો.)
11. સક્શન કેથેટરમાંથી પાણી કાઢીને એની અંદરની બાજુમાં રહેલા સર્ાવને ધોઈ કાઢો.
12. જો તમને લાગે કે હજુ વધુ સર્ાવ સાફ કરવાની જરૂર છે, તો આ પગલાં ફરીથી કરો. જો તમારે 2 અથવા 3 વખતથી વધુ સક્શન કરવું પડે, તો ફરી શરૂ કરતા પહેલાં થોડી મિનિટો આરામ કરો.

એકવાર તમે પૂરું કરી લો પછી:

1. ખાતરી કરો કે સક્શન કેથેટર અને પ્લાસ્ટિક ટ્યુબ ચોખ્ખી છે. જો જરૂર હોય, તો એની બહારની સપાટી ધોઈને સાફ કરો અને અંદરની બાજુ સાફ કરવા માટે એમાંથી પાણીનું સક્શન કરો.

2. સક્શન મશીનની પ્લાસ્ટિક નળીમાંથી સક્શન કેથેટરને અલગ કરો.
3. સક્શન કેથેટરને સૂકાં કપડાં અથવા પેપર ટુવાલ પર મૂકો.
4. જો તમે ઘરે હો, તો સક્શન મશીનની અંદર જમા થયેલા સ્રાવને ટોઇલેટમાં ખાલી કરો. એને સિંકમાં ખાલી કરશો નહીં. એ ડ્રેન બંધ કરી શકે છે. જો તમે હોસ્પિટલમાં હો, તો હોસ્પિટલનો એક સ્ટાફ તમારા માટે આ કરશે.

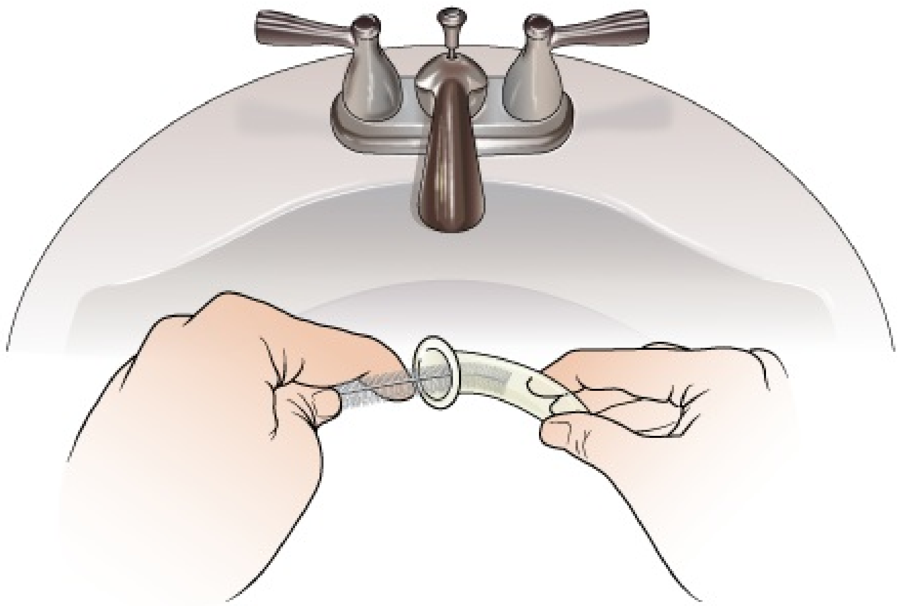
જ્યારે તમે ઘરે હો, ત્યારે સક્શન કેથેટર દર અઠવાડિયે બદલો અથવા જો તે ગંદું થઈ જાય અથવા બંધ થઈ જાય, તો તેને વહેલામાં વહેલું બદલો. જ્યારે તમે હોસ્પિટલમાં હો, ત્યારે દર વખતે સક્શન કરવા માટે તમે એક નવો કેથેટર વાપરશો.

તમારી લેરીન્જેક્ટોમી ટ્યુબ કેવી રીતે કાઢવી, સાફ કરવી અને ફરીથી મૂકવી

તમારી લેરીન્જેક્ટોમી ટ્યુબને નિયમિત રીતે સાફ કરો, જેથી તેમાં સ્રાવ એકતર્ ન થાય. અમે ભલામણ કરીએ છીએ કે તમે એને દિવસમાં ઓછામાં ઓછું બે વખત અથવા જરૂર મુજબ વધુ વખત સાફ કરો. નસર્ અથવા સ્પીચ પેથોલોજિસ્ટ તમને બતાવશે કે એ કેવી રીતે કરવું.

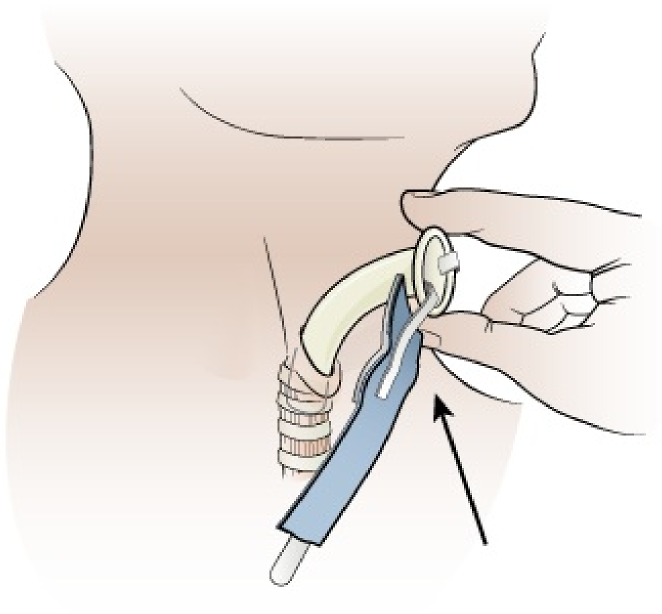
1. તમારી વસ્તુઓ ભેગી કરો. તમને નીચેની વસ્તુઓની જરૂર પડશે:
    - એક અરીસો
    - નાયલોનનું ટ્રેકિયોસ્ટોમી બર્શ અથવા લેરીન્જેક્ટોમી ટ્યુબ સાફ કરવા માટેનું બર્શ
    - કોટનની ગળામાં બાંધવાની પટ્ટી અથવા ટ્યુબ હોલ્ડર
    - કાતર
    - સામાન્ય સલાઇન (ખારું દ્રાવણ)
    - રૂવાળી સળીઓ
    - સજિર્લ્યુબ® (વૈકલ્પિક)
    - ચોખ્ખું અને સૂકું કપડું અથવા પેપર ટુવાલ (જ્યારે તમે ઘરે હો ત્યારે)
    - ચોખ્ખા અને સૂકા ગોઝ પેડ (જ્યારે તમે હોસ્પિટલમાં હો ત્યારે)
2. સાબુ અને પાણીથી તમારા હાથ સારી રીતે ધોઈ લો.
3. અરીસા સાથેના સિંકની સામે ઊભા રહો અથવા બેસો.
4. તમારા ગળાની પટ્ટી ખોલો અથવા કાપી નાખો અથવા ટ્યુબ હોલ્ડર ખોલો.
5. તમારા સ્ટોમામાંથી ટ્યુબ બહાર કાઢો.

6. નાયલોન બર્શનો ઉપયોગ કરીને લેરિંજેક્ટોમિ ટ્યુબની અંદરની બાજુ સાફ કરો (આકૃતિ 2 જુઓ). પછી ટ્યુબને ગરમ વહેતા પાણીની નીચે રાખો.



ચિતર્ 2. તમારી લેરીન્જેક્ટોમી ટ્યુબ સાફ કરવી

7. એકવાર ટ્યુબ સાફ થઈ જાય પછી, એમાં રહેલું વધારાનું પાણી ઝાટકી કાઢો. ચોખ્ખું અને સૂકું કપડું અથવા પેપર ટુવાલથી ટ્યુબને સૂકવી લો. (જો તમે હોસ્પિટલમાં હો, તો એના બદલે ગોઝ પેડનો ઉપયોગ કરો.)
8. ટ્યુબની બાજુમાં આપેલા સ્લોટમાં સ્વચ્છ ગળાની પટ્ટી અથવા સ્વચ્છ ટ્યુબ હોલ્ડર લગાવો.
9. તમારા સ્ટોમાની આસપાસની ત્વચાને રૂવાળી સળીઓનો ઉપયોગ કરીને નોમર્લ સેલાઈનથી હળવા હાથે સાફ કરો.
10. ટ્યુબની બહારની સપાટી પર પાણી અથવા સજીર્લ્યુબ લગાવી તેને ચીકણી બનાવો.
11. તમારી દાઢીને સહેજ છાતી તરફ નમાવો.
12. તમારો શ્વાસ રોકી રાખો અને ટ્યુબને તમારા સ્ટોમામાં અંદર મૂકો (આકૃતિ ૩ જુઓ).



ચિતર્ 3. તમારી લેરીન્જેક્ટોમી ટ્યુબ અંદર મૂકવાની રીત

13. ગળાની ટેપ એવી રીતે બાંધો કે ટેપ અને તમારા ગળા વચ્ચે એક આંગળી જેટલી જગ્યા રહે.
14. નાયલોન ટ્રેકિઓસ્ટોમી બર્શને વહેતા પાણી નીચે સારી રીતે ધોઈ લો.

જો તમને કોઈ પર્શ્નો અથવા ચિંતાઓ હોય, તો તમારા આરોગ્ય સંભાળ પર્દાતાનો સંપકર્ કરો. તમારી સંભાળ ટીમના સભ્ય સોમવારથી શુકર્વાર સુધી જવાબ આપશે ૯ વાગે સવારે થી ૫ વાગે સાંજે આ સમય સિવાય, તમે કોઈ સંદેશ છોડી શકો છો અથવા અન્ય MSK પર્દાતા સાથે વાત કરી શકો છો. કૉલ પર હંમેશા ડૉક્ટર અથવા નસર્ હોય છે. જો તમને તમારા આરોગ્યસંભાળ પર્દાતાનો સંપકર્ કેવી રીતે કરવો તે વિશે ખાતરી ન હોય, તો212-639-2000પર કૉલ કરો.

વધુ રિસોસર્ માટે, અમારી વચુર્અલ લાઈબર્રેરી www.mskcc.org/peની મુલાકાત કરો

તમામ અધિકાર અને માલિકી હક મેમોરિયલ સ્લોન કેટરિંગ કેન્સર સેન્ટર દ્વારા આરક્ષિત છે