



کارت ترخیص



خودمراقبتی پس از ترخیص بیماران مبتلا به سرطان خون حاد میلوئیدی

AML / Acute Myeloid Leukemia

AML چیست؟

AML نوعی سرطان خون حاد است که باعث تولید غیرطبیعی سلول‌های میلوئیدی در مغز استخوان و خون می‌شود. این بیماری می‌تواند باعث کم‌خونی، ضعف سیستم ایمنی و خونریزی شود و نیازمند درمان فوری و دقیق است.

علائم شایع:

ضعف و خستگی شدید ⚡ تب و عفونت مکرر ● کبودی یا خونریزی آسان ❤️ تپش قلب یا سرگیجه
درد استخوان یا مفاصل 🦴 تعریق شبانه و کاهش اشتها

علائم خطر پس از ترخیص ⚠️

تب ≤ 38 درجه سانتی‌گراد یا لرز !
ضعف شدید یا تنگی نفس !
سر درد شدید، گیجی یا تغییر سطح هوشیاری !
خونریزی یا کبودی غیر معمول !
زخم دهان یا گلو که دیر بهبود می‌یابد !
اسهال و استفراغ مکرر !

دارودرمانی پس از ترخیص 📖

شیمی‌درمانی طبق برنامه پزشک
داروهای پیشگیری از عفونت (آنتی‌بیوتیک، ضدقارچ، ضدویروس)
پیوند مغز استخوان در صورت نیاز
نکات مهم ✓: مصرف دقیق داروها طبق نسخه پزشک ⚠️ گزارش هرگونه تب، خونریزی یا ضعف شدید ✗ قطع یا تغییر خودسرانه دارو

تداخلات دارویی و غذایی 🍴

پرهیز از داروهای بدون نسخه که ممکن است با شیمی‌درمانی تداخل داشته باشند
رژیم غذایی سالم و سرشار از پروتئین و ویتامین‌ها
پرهیز از غذاهای خام یا آلوده ✗
مصرف مایعات کافی 💧
اطلاع پزشک از تمام داروها و مکمل‌ها ⚠️

مراقبت‌های روزمره و خودمراقبتی 🏠

رعایت بهداشت دست‌ها قبل از غذا و لمس زخم
استراحت کافی و اجتناب از فعالیت شدید 🛌
مراجعه فوری در صورت هر علامت خطر ⚠️
پایش روزانه علائم شامل تب، ضعف و خونریزی
اجتناب از حضور در جمعیت‌های شلوغ یا محیط‌های آلوده ✗

واحد آموزشی به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



حمام و بهداشت فردی

دوش آرام و کوتاه استفاده از صابون ملایم

خشک کردن بدن با حوله نرم شستشوی دست قبل از لمس زخم یا داروها

فعالیت و بازگشت به کار / ورزش

اجتناب از فعالیت شدید و ورزش سنگین پیاده روی سبک و تمرینات ملایم طبق دستور پزشک

بازگشت تدریجی به فعالیت های روزمره جلوگیری از سقوط یا آسیب

تغذیه پس از ترخیص

مصرف مایعات فراوان پروتئین کافی برای حفظ توده عضلانی

سبزیجات و میوه های شسته شده و سالم پرهیز از غذاهای خام، آلوده یا فرآوری شده

وعده های کوچک و متعدد برای کاهش تهوع و مشکلات گوارشی

پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیک

ویزیت منظم پزشک هماتولوژی پایش تعداد گلبول های سفید، قرمز و پلاکت

ثبت علائم روزانه شامل تب، ضعف، خونریزی آزمایش خون و بررسی عملکرد مغز استخوان

مراجعه فوری به پزشک

تب ≤ 38 درجه سانتی گراد یا لرز خونریزی یا کبودی غیر معمول

ضعف شدید یا تنگی نفس زخم دهان یا گلو که دیر بهبود می یابد سردرد شدید یا گیجی

پیشگیری و مراقبت های کلی

مصرف دقیق داروها و درمان های تجویزی رعایت رژیم غذایی سالم و مایعات کافی استراحت و فعالیت سبک پایش

روزانه علائم و گزارش فوری به پزشک پیگیری آزمایش ها و ویزیت های منظم

چک لیست روزانه بیمار

پایش تب و علائم عفونت مصرف داروها تغذیه سالم و مایعات کافی استراحت و فعالیت سبک

رعایت بهداشت دست و محیط مراجعه فوری به پزشک در صورت علائم خطر

کد آموزشی PDC-ONC-02



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد