



کارت ترخیص



🏠👩⚕️ راهنمای جامع خودمراقبتی پس از ترخیص: آبسه آنال (Anal Abscess)

📌 آبسه آنال چیست؟

آبسه آنال، تجمع چرک در بافت‌های اطراف مقعد است که معمولاً ناشی از عفونت غدد کوچک مقعد می‌باشد. این بیماری می‌تواند باعث درد شدید، تورم و ناراحتی هنگام نشستن یا دفع شود و اغلب نیاز به جراحی برای تخلیه دارد.

علائم قبل از درمان:

● درد شدید و مداوم در ناحیه مقعد ● ترشح چرکی یا خون‌آلود از محل عفونت ⚡ قرمزی، حساسیت و تورم محل آبسه 🏃 ناراحتی و مشکل در نشستن، راه رفتن و دفع

⚠️ SOS علائم خطر پس از ترخیص

در صورت مشاهده هر یک از موارد زیر، سریعاً به پزشک مراجعه کنید:

● خونریزی یا ترشح شدید از محل عمل ● درد ناگهانی و بسیار شدید ● تورم یا قرمزی بیشتر از حد طبیعی ⚡ بوی نامطبوع یا علائم عفونت ● تب یا لرز ● مشکل در دفع یا انسداد مدفوع

📌 دارو درمانی پس از ترخیص

داروهای معمول:

📌 مسکن‌های خوراکی برای کاهش درد 📌 آنتی‌بیوتیک‌ها در صورت نیاز 📌 پماد ضد التهاب و ضد عفونی‌کننده برای تسریع بهبودی * داروهای نرم‌کننده مدفوع برای کاهش فشار هنگام دفع

نکات مهم:

مصرف دارو دقیقاً طبق نسخه پزشک 🕒 شستشوی دست قبل از هر استفاده از دارو یا پانسمان 📌 جلوگیری از فشار یا مالش روی محل عمل 📌 رعایت بهداشت ناحیه مقعد پس از هر دفع ✅

📌 مراقبت از محل عمل یا زخم

پانسمان را طبق دستور پزشک تعویض کنید 📌 شستشوی محل با آب ولرم و صابون ملایم 📌 استفاده از پماد یا محلول ضد عفونی‌کننده طبق نسخه 📌 خشک کردن محل با حوله نرم و ضربه‌ای * بررسی روزانه برای ترشح، تورم یا قرمزی 📌 جلوگیری از مالش یا فشار روی محل عمل 📌

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



حمام و پوزیشن

نشستن در وان آب گرم 10-15 دقیقه، 2-3 بار در روز ✓ حمام کوتاه با آب ولرم ✓ اجتناب از نشستن طولانی روی سطوح سخت ✗ تغییر پوزیشن منظم و استراحت کافی ✗ استفاده از بالش نرم هنگام نشستن برای کاهش فشار

فعالیت و بازگشت به زندگی روزمره

* فعالیت سبک و پیاده روی کوتاه پس از ترخیص * اجتناب از ورزش سنگین یا بلند کردن اجسام * بازگشت تدریجی به فعالیت های روزمره * حفظ تحرک برای جلوگیری از یبوست و افزایش فشار روی محل عمل * جلوگیری از نشستن طولانی و تغییر وضعیت هر 30 دقیقه

تغذیه و سلامت عمومی

رژیم غذایی پر فیبر برای نرم نگه داشتن مدفوع هیدراتاسیون کافی * مصرف میوه، سبزیجات و غلات کامل اجتناب از غذاهای تند، چرب و سنگین ✗ در صورت نیاز، استفاده از ملین های خوراکی طبق نظر پزشک

پیگیری پزشکی و نتایج

* ویزیت پزشک پس از 1-2 هفته * بررسی محل عمل و روند بهبود * گزارش هرگونه خونریزی، ترشح، درد غیر معمول یا مشکل در دفع * آزمایش در صورت مشکوک بودن به عفونت باقی مانده یا فیستول * رعایت نکات پیشگیرانه برای جلوگیری از عود بیماری

نکات خودمراقبتی تکمیلی

* پوشیدن لباس گشاد و نخی * تغییر موقعیت نشستن و خواب منظم * رعایت بهداشت ناحیه مقعد و شستشوی دقیق پس از هر دفع * یادداشت وضعیت علائم روزانه * رعایت دقیق برنامه دارویی و مراقبتی * کاهش استرس و اجتناب از فعالیت های سنگین در هفته اول * استفاده از بالش یا نشیمنگاه نرم برای کاهش فشار بر محل عمل

چک لیست روزانه بیمار

مصرف دارو و پماد طبق نسخه * شستشوی ناحیه مقعد و مراقبت از زخم * ثبت درد، تورم، ترشح و وضعیت دفع * تغذیه مناسب و هیدراتاسیون * مراجعات دوره ای به پزشک * بررسی روزانه محل عمل برای جلوگیری از عوارض احتمالی

کد آموزشی: PDC-SUR-01

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد



اسکن کنید