



# کارت ترخیص



۱۰۱ خودمراقبتی پس از ترخیص پس از عمل جراحی آشالازی (Achalasia Surgery)

✦ آشالازی چیست و چرا جراحی لازم است؟ ✦

آشالازی یک اختلال مری است که باعث عدم باز شدن مناسب عضله تحتانی مری و اختلال در عبور غذا می شود. جراحی با هدف بهبود عبور غذا و کاهش علائم انجام می شود.

**دلایل انجام جراحی:**

\* دشواری بلع شدید \* رفلاکس مزمن یا استفراغ \* کاهش وزن و سوء تغذیه \* درد یا سوزش مکرر در قفسه سینه \* عدم پاسخ به درمان دارویی

⚠️ **علائم خطر پس از ترخیص** ⚠️

\* درد شدید یا مداوم در قفسه سینه یا شکم \* استفراغ مداوم یا خونی \* تب بالای ۳۸ درجه \* تنگی نفس یا سرفه شدید \* اختلال در بلع غذا یا مایعات \* تورم یا درد در محل جراحی (در صورت باز بودن شکم)

📍 **دارودرمانی پس از ترخیص** 📍

مسکن ها طبق نسخه پزشک \* داروهای کاهش رفلاکس \* آنتی بیوتیک در صورت نیاز

**نکات مهم:**

مصرف دقیق داروها طبق ساعت مشخص \* گزارش هرگونه عوارض دارویی مانند تهوع یا کهیر \* عدم قطع خودسرانه داروها

⚠️ **تداخلات دارویی و غذایی** ⚠️

\* اجتناب از مصرف الکل و نوشیدنی های گازدار \* پرهیز از داروهای گیاهی بدون مشورت پزشک \* رعایت فاصله داروهای معدنی با داروهای کاهش رفلاکس \* مصرف وعده های غذایی کوچک و نرم

🩹 **مراقبت از زخم و پانسمان** 🩹

\* تعویض پانسمان طبق دستور پزشک \* خشک و تمیز نگه داشتن محل زخم \* عدم فشار یا مالش محل جراحی

\* استفاده از پماد تجویزی در صورت نیاز

**علائم عفونت:** ترشح چرکی \* تورم و قرمزی افزایش یافته \* درد غیرطبیعی \* بوی بد

🚿 **حمام و بهداشت فردی** 🚿

• دوش کوتاه پس از اجازه پزشک \* پرهیز از استخر و وان \* خشک کردن کامل محل زخم \* استفاده از لباس نخی و آزاد

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



## پوزیشن و استراحت

\* استراحت نسبی ۷ تا ۱۴ روز اول \* خواب نیمه‌نشسته برای کاهش رفلکس \* تغییر وضعیت بدن به آرامی \* جلوگیری از فشار به زخم و شکم

## فعالیت و بازگشت به کار

هفته اول:

\* پیاده‌روی سبک در منزل \* اجتناب از فعالیت شدید و بلند کردن اجسام

هفته‌های بعد:

\* افزایش تدریجی فعالیت با اجازه پزشک \* بازگشت به کار پس از تأیید پزشک \* ممنوعیت‌ها: \* ورزش سنگین و بلند کردن اجسام \* فعالیت شدید تا بهبود کامل

## تغذیه پس از جراحی

\* وعده‌های غذایی کوچک و نرم \* مصرف مایعات کافی \* اجتناب از غذاهای نفاخ و چسبنده \* مصرف غذاهای کم چرب و راحت هضم \* رعایت رژیم غذایی مخصوص رفلکس

## پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیکی

\* ویزیت پزشک جراح \* بررسی ترمیم زخم و عملکرد مری \* آزمایش‌های بلع یا اندوسکوپی در صورت نیاز \* ثبت وضعیت بلع و علائم روزانه \* پیگیری وزن و تغذیه

## ارجاع مجدد به پزشک

\* درد شدید یا برگشت علائم پیشین \* استفراغ مداوم یا خونی \* تب یا لرز مداوم \* علائم عفونت زخم \* کاهش وزن ناگهانی \* مشکل بلع یا سوءتغذیه

## پیشگیری و مراقبت‌های کلی

\* رعایت وعده‌های غذایی کوچک و نرم \* خودمراقبتی روزانه و ثبت علائم \* مصرف داروها و مکمل‌ها طبق دستور پزشک \* رعایت بهداشت فردی و زخم \* پیگیری منظم پزشک

کد آموزشی: PDC-SUR-04



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد