



کارت ترخیص



✿ خودمراقبتی پس از ترخیص انسداد روده (Bowel Obstruction)

✿ انسداد روده چیست ؟

انسداد روده زمانی اتفاق می افتد که عبور مواد غذایی یا مایعات از روده متوقف شود یا کند شود. این مشکل می تواند موقت یا دائمی باشد و نیاز به درمان فوری دارد.

علائم قبل از درمان:

🤢 درد شدید و متناوب شکم 🤢 تهوع و استفراغ 🤢 یبوست یا توقف کامل دفع ⚡ نفخ و تورم شکم 🤢 عدم توانایی دفع گاز

⚠️ علائم خطر پس از ترخیص SOS ⚠️

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

● درد شدید یا افزایشی شکم ● تهوع یا استفراغ مکرر ● عدم توانایی دفع مدفوع یا گاز ⚡ تورم یا نفخ شدید شکم ● تب بالا یا لرز

💊 دارودرمانی پس از ترخیص 💊

داروهای ممکن:

مسکن های خوراکی یا تزریقی برای کنترل درد 🤝 داروهای ضد تهوع 🤢 آنتی بیوتیک در صورت نیاز 🏠 داروهای ملین در صورت یبوست ملایم 🏠

نکات مهم:

مصرف دارو دقیقاً طبق نسخه 🕒 یادداشت زمان و دوز دارو 📅 شستشوی دست قبل از مصرف دارو 🧼 خودداری از مصرف داروهای بدون تجویز پزشک 🚫

🩹 مراقبت از زخم و پانسمان (اگر جراحی انجام شده)

🩹 پانسمان را طبق دستور پزشک تعویض کنید 🧼 شستشوی محل زخم با آب و صابون ملایم 🧤 اجتناب از مالش یا فشار روی زخم 🕒 بررسی روزانه زخم برای ترشح، تورم یا قرمزی 🏠 استفاده از محافظ یا بانداز در صورت نیاز

🛁 حمام و پوزیشن 🛁

حمام کوتاه و با آب ولرم ✅ خودداری از خیس کردن مستقیم پانسمان ❌ استراحت کافی در روزهای اول تغییر پوزیشن ملایم هر 2-3 ساعت برای جلوگیری از خشکی عضلات اجتناب از خم شدن شدید یا بلند کردن اجسام سنگین

واحد آموزشی به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد



فعالیت و بازگشت به کار

- * فعالیت سبک و پیاده روی کوتاه از روز دوم پس از ترخیص
- * اجتناب از ورزش سنگین یا بلند کردن اجسام تا نایید پزشک
- * بازگشت تدریجی به کار اداری بعد از 1-2 هفته
- * بازگشت به کارهای فیزیکی سنگین بعد از 4-6 هفته

تغذیه و سلامت عمومی

- * رژیم غذایی سبک، کم چرب و نرم در روزهای اول
- * هیدراتاسیون کافی
- * مصرف میوه و سبزیجات برای جلوگیری از یبوست
- * مصرف فیبر ملایم برای پیشگیری از یبوست
- * اجتناب از غذاهای سنگین یا نفاخ

پیگیری پزشکی و نتایج آزمایشگاهی

ویزیت پزشک پس از 1-2 هفته
بررسی محل زخم و روند بهبود (در صورت جراحی)
انجام آزمایش خون در صورت نیاز
گزارش هر گونه درد غیر معمول، تب، تهوع یا ترشح

نکات خودمراقبتی تکمیلی

- پوشیدن لباس گشاد برای کاهش فشار روی شکم
- یادداشت وضعیت درد، تهوع و علائم روزانه
- اجتناب از فعالیت شدید و بلند کردن اجسام سنگین
- رعایت دقیق برنامه دارویی و مراقبتی
- حفظ آرامش و کاهش استرس

چک لیست روزانه بیمار

- مصرف دارو طبق نسخه
- بررسی زخم و بانسمان (در صورت جراحی)
- ثبت درد، تهوع، تب و عملکرد روده
- فعالیت سبک و پیاده روی
- تغذیه مناسب و هیدراتاسیون
- مراجعات دوره‌ای به پزشک

کد آموزشی: PDC-SUR-0 5



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد