



کارت ترخیص



👤 **خودمراقبتی پس از ترخیص پس از عمل جراحی ایلیوستومی (Ileostomy Surgery)**

📌 **ایلیوستومی چیست و چرا جراحی لازم است ؟**

ایلیوستومی عملی است که در آن بخشی از روده باریک به پوست شکم آورده می شود تا مدفوع از مسیر طبیعی عبور نکند. این روش معمولاً در بیماری های شدید روده (مانند بیماری کرون، کولیت اولسراتیو، یا انسداد روده) و برای محافظت یا تخلیه روده انجام می شود.

دلایل جراحی: * انسداد روده * بیماری های التهابی روده شدید * آسیب یا جراحت روده پیشگیری از عفونت و انسداد

⚠️ **علائم خطر پس از ترخیص** ⚠️

* قرمزی یا تورم اطراف استوم * خونریزی غیرطبیعی از استوما * ترشح چرکی یا بدبو
درد شدید شکم * تب یا لرز بالای ۳۸ درجه * کاهش حجم خروجی مدفوع از استوما * تهوع و استفراغ شدید

📍 **دارودرمانی پس از ترخیص** 📍

* آنتی بیوتیک ها طبق نسخه پزشک در صورت نیاز * مسکن ها برای کاهش درد و ناراحتی * مکمل ها و ویتامین ها برای جلوگیری از سوءتغذیه

نکات مهم: * مصرف دقیق داروها طبق دستور و ساعت مشخص * عدم قطع خودسرانه دارو
* گزارش عوارض مانند تهوع، اسهال یا بنورات

⚠️ **تداخلات دارویی و غذایی** ⚠️

* پرهیز از مصرف غذاهای نفاخ و حجیم در روزهای اول پس از جراحی * فاصله مناسب بین داروهای معدنی و ویتامین ها با داروهای تجویزی * مصرف مایعات کافی برای جلوگیری از کم آبی * پرهیز از الکل و نوشیدنی های گازدار

🩹 **مراقبت از استوما و پانسمان** 🩹

* تعویض کیسه استوما طبق دستور پزشک * شستشوی استوما با آب ولرم و خشک کردن کامل * عدم فشار یا ماساژ استوما * استفاده از محصولات مخصوص استوما برای پیشگیری از تحریک پوست

علائم عفونت یا مشکل: * ترشح بدبو یا چرکی * قرمزی، تورم یا زخم اطراف استوما * خونریزی مکرر * درد غیرطبیعی

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



حمام و بهداشت فردی

* دوش کوتاه و با احتیاط * استفاده از حوله نرم و خشک کردن کامل استوما * پرهیز از وان یا استخر تا بهبود کامل * لباس‌های نخی و آزاد

پوزیشن و استراحت

* استراحت نسبی هفته اول * تغییر وضعیت بدن به آرامی * قرار دادن بالش حمایتی در شکم و پهلو * جلوگیری از فشار مستقیم روی استوما

فعالیت و بازگشت به کار

هفته اول * پیاده‌روی سبک در منزل * اجتناب از فعالیت‌های شدید و بلند کردن اجسام سنگین
هفته‌های بعد: * افزایش تدریجی فعالیت طبق توصیه پزشک * بازگشت به کار پس از تأیید پزشک * ورزش سبک با اجازه پزشک
ممنوعیت‌ها: * ورزش سنگین و بلند کردن اجسام سنگین * فشار مستقیم به استوما

تغذیه پس از جراحی

* وعده‌های کوچک و مکرر * مصرف مایعات فراوان * غذاهای نرم و قابل هضم * اجتناب از غذاهای نفاخ و چسبنده * رعایت رژیم غذایی پزشک برای حفظ هضم و جلوگیری از انسداد

پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیکی

* ویزیت پزشک جراح و متخصص گوارش * بررسی ترمیم زخم و وضعیت استوما * آزمایش خون و مدفوع در صورت نیاز * ثبت وضعیت خروجی استوما و علائم روزانه

ارجاع مجدد به پزشک

* درد شدید یا برگشت علائم قبل * تب یا لرز مداوم * خونریزی، ترشح یا عفونت اطراف استوما
* کاهش حجم خروجی استوما * تهوع و استفراغ شدید

پیشگیری و مراقبت‌های کلی

* مصرف مایعات کافی و رژیم غذایی مناسب * رعایت بهداشت استوما و دست‌ها * ثبت علائم روزانه و گزارش به پزشک
* رعایت داروها و مکمل‌ها طبق دستور پزشک * کنترل بیماری‌های زمینه‌ای مانند دیابت یا فشار خون

کد آموزشی: PDC-SUR-0 6



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد