



# کارت ترخیص



؟ ❗ خودمراقبتی پس از ترخیص ا بیماران مبتلا به بیماری برگر (Buerger's Disease)

## ❗ بیماری برگر چیست ❗

بیماری برگر یک بیماری التهابی عروق کوچک و متوسط است که باعث تنگی یا انسداد رگها در دستها و پاها می شود. این بیماری اغلب با مصرف دخانیات ارتباط مستقیم دارد و به طور شایع در افراد سیگاری با سن کمتر از 45 تا 50 سال دیده میشود و می تواند باعث درد، زخم و حتی قطع عضو شود.

### علائم شایع:

👉 درد دست و پا هنگام راه رفتن ❄️ سردی و رنگ پریدگی یا کبودی انگشتان ❄️ زخم های دیرترمیم شونده 🟪 بی حسی یا سوزن سوزن شدن ⚡ ضعف اندامها ❗ درد اندامها

### ⚠️ علائم خطر پس از ترخیص ⚠️

❗ درد شدید و مداوم اندام ❗ سیاه شدن یا تغییر رنگ انگشتان ❗ زخم باز یا دارای عفونت  
❗ تورم شدید یا ترشح چرکی ❗ تب، لرز، ، ❗ احساس ناخوشی، احساس کوفتگی و بدن درد

### 📍 دارودرمانی پس از ترخیص 📍

📍 داروهای گشادکننده عروق 📍 داروهای ضد درد 📍 داروهای ضد لخته (در صورت تجویز)  
📍 داروهای بهبود گردش خون

### نکات مهم:

✅ مصرف منظم داروها طبق نسخه ⚠️ گزارش درد، بی حسی یا زخم جدید ❌ قطع خودسرانه دارو ممنوع

### ⚠️ تداخلات دارویی و غذایی ⚠️

❌ قطع کامل سیگار و قلیان (بسیار حیاتی)

❌ پرهیز از مصرف داروهای بدون مشورت پزشک

🥗 رژیم غذایی کم چرب و سالم

💧 مصرف مایعات کافی

⚠️ اطلاع پزشک از مکملها

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



## 🏠 مراقبت‌های روزمره و خودمراقبتی 🏠

🚫 ترک کامل دخانیات (مهم‌ترین اصل درمان)

🧤 گرم نگه داشتن دست و پا \* استفاده از کفش مناسب 🚫 اجتناب از نشستن یا ایستادن طولانی  
🩹 مراقبت روزانه از پوست و زخم‌ها ⚠️ جلوگیری از ضربه به اندام‌ها

### 🚿 حمام و بهداشت فردی 🚿

🧼 شستشوی ملایم پا و دست با آب ولرم 🚫 خشک کردن کامل بین انگشتان  
🩹 ضدعفونی زخم‌ها طبق دستور ⚠️ پرهیز از آب خیلی داغ یا سرد

### 🏃 فعالیت و تحرک 🏃

🧑 پیاده‌روی سبک و منظم 🚫 استراحت بین فعالیت‌ها  
⚠️ پرهیز از ورزش‌های سنگین ✅ تمرینات گردش خون طبق نظر پزشک

### 🍎 تغذیه پس از ترخیص 🍎

🥗 مصرف سبزیجات و میوه تازه 🍷 پروتئین کافی برای ترمیم بافت  
🍋 چربی‌های سالم (روغن زیتون) ❌ پرهیز از غذاهای چرب و فست‌فود مصرف کافی روزانه آب

### 📄 پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیکی 📄

📅 ویزیت منظم متخصص عروق 🩸 بررسی گردش خون اندام‌ها  
📄 ثبت درد، زخم و تغییر رنگ پوست 📄 سونوگرافی یا آنژیوگرافی در صورت نیاز

### 🏥 مراجعه فوری به پزشک 🏥

🔥 زخم عفونی یا بدبو 🔥 ایجاد هر گونه زخم جدید 🔥 سیاه شدن انگشتان  
🔥 درد غیر قابل تحمل 🔥 تب و ضعف شدید 🔥 کاهش حس اندام‌ها

### 🌸 پیشگیری و مراقبت‌های کلی 🌸

🚫 ترک همیشگی سیگار و دخانیات 🕒 مراقبت دقیق از پا و دست

🕒 مصرف منظم داروها 🕒 پیگیری پزشکی مداوم 🕒 کنترل استرس و سبک زندگی سالم

کد آموزش: PDC-IM-06



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد