



# کارت ترخیص



## خودمراقبتی پس از ترخیص بیماران پس از بلع جسم خارجی (Foreign Body Ingestion)

### بلع جسم خارجی چیست ؟

بلع جسم خارجی به ورود ناخواسته یک جسم به مسیر گوارشی گفته می‌شود که می‌تواند در مری، معده یا روده گیر کند. درمان ممکن است با مانورهای خارج کردن، اندوسکوپی یا در موارد شدید جراحی انجام شود.

#### علائم شایع:

\* درد یا ناراحتی در گلو، قفسه سینه یا شکم  
\* سرفه یا خفگی کوتاه مدت  
\* مشکل در بلع  
\* گاهی خون در بزاق یا استفراغ

### علائم خطر پس از ترخیص

\* درد شدید یا پیشرفت کننده در گلو یا شکم  
\* استفراغ مداوم یا خون آلود  
\* تب و علائم عفونت  
\* مشکل تنفس یا بلع شدید  
\* خونریزی یا ترشح غیرطبیعی  
\* علائم انسداد روده (نفخ، ناتوانی در دفع گاز یا مدفوع)

### دارودرمانی پس از ترخیص

\* مسکن‌ها و ضد التهاب‌ها: جهت کاهش درد  
\* آنتی‌بیوتیک‌ها: در صورت تجویز پزشک برای پیشگیری یا درمان عفونت  
\* داروهای نرم کننده مدفوع: برای جلوگیری از فشار هنگام دفع، اگر مورد نیاز باشد

#### نکات مهم:

\* مصرف دقیق داروها طبق نسخه پزشک  
\* تکمیل دوره دارویی حتی اگر علائم بهبود یافته باشد  
گزارش عوارض جانبی به پزشک

### تداخلات دارویی و غذایی

\* رعایت فاصله زمانی داروها و وعده‌های غذایی در صورت تجویز  
\* پرهیز از غذاهای سفت یا جویدنی که باعث فشار در مسیر گوارش می‌شوند  
\* مصرف مایعات فراوان  
\* اطلاع پزشک از تمام داروها و مکمل‌های مصرفی

### مراقبت‌های روزمره و خودمراقبتی

\* جویدن کامل و آرام غذاها  
\* اجتناب از بلع اجسام کوچک و خطرناک در آینده  
\* مشاهده مدفوع و علائم انسداد یا خونریزی  
\* پرهیز از فعالیت‌های شدید که ممکن است فشار شکم را افزایش دهد  
\* پیگیری وضعیت بلع و گوارش روزانه

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



## حمام و بهداشت فردی

\* رعایت بهداشت دست قبل و بعد از غذا خوردن \* دوش آرام و کوتاه، بدون فشار مستقیم به شکم \* جلوگیری از استفراغ ناشی از آب گرم یا فشار شدید

## فعالیت و بازگشت به کار

\* اجتناب از فعالیت شدید تا بهبودی کامل \* شروع تدریجی فعالیت‌های روزمره و ورزشی سبک \* رعایت نشستن یا ایستادن آرام برای جلوگیری از فشار اضافی به شکم

## تغذیه پس از ترخیص

\* مصرف غذاهای نرم و آبکی در روزهای اولیه \* افزایش مصرف میوه و سبزیجات برای تقویت دستگاه گوارش \* اجتناب از غذاهای سفت، چسبنده یا سخت جویدنی \* مصرف مایعات فراوان برای جلوگیری از یبوست

## پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیکی

\* ویزیت منظم پزشک معالج \* بررسی وضعیت بلع و علائم انسداد یا درد شکمی \* در صورت نیاز، انجام تصویربرداری یا اندوسکوپی کنترل \* ثبت علائم روزانه شامل درد، تهوع، ترشح و دفع مدفوع

## ارجاع مجدد به پزشک

\* درد شدید یا پیشرفت کننده \* استفراغ مداوم یا خون آلود \* مشکل شدید در بلع یا تنفس \* خونریزی از دهان یا مدفوع \* علائم انسداد روده (نفخ، ناتوانی در دفع گاز یا مدفوع)

## پیشگیری و مراقبت‌های کلی

\* اجتناب از قرار دادن اجسام کوچک در دسترس کودکان یا افراد پرخطر \* جویدن کامل غذاها و توجه به اندازه قطعات \* رعایت رژیم غذایی نرم و مناسب پس از ترخیص \* پیگیری دقیق و ثبت علائم روزانه

## چک لیست روزانه بیمار

بررسی درد و بلع  مصرف داروها طبق نسخه  پیگیری وضعیت مدفوع و تهوع  اجتناب از فشار به شکم  گزارش علائم غیر طبیعی به پزشک

کد آموزشی: PDC-ENT-03

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد



اسکن کنید