



# کارت ترخیص



♥ خودمراقبتی پس از ترخیص بیماران مبتلا به بیماری بهجت (Behçet's Disease)

## بیماری بهجت چیست ؟

بیماری بهجت یک بیماری التهابی مزمن و سیستمیک است که باعث التهاب عروق و ایجاد آفت در دهان، آفت ناحیه تناسلی و ضایعات پوستی، التهاب چشم و اندام‌های دیگر می‌شود. علائم بیماری ممکن است به صورت دوره‌ای بروز و فروکش کند.

علائم شایع:

آفت‌های دهان و لب ❗ آفت‌های تناسلی ❗ التهاب چشم و تاری دید ❗ تب، خستگی و درد مفاصل ❗ التهاب پوست یا جوش‌های پوستی ❗

## علائم خطر پس از ترخیص

تب بالا یا لرز ❗ اختلال تعادل ❗ سردردهای شدید ❗ درد شدید مفاصل یا چشم ❗ زخم شدید دهان/اندام‌ها ❗ کاهش بینایی یا التهاب چشم شدید یا درد چشم ❗ تورم شدید پوست یا اندام‌ها ❗

## دارودرمانی پس از ترخیص

داروهای ضد التهاب و سرکوب‌کننده سیستم ایمنی (مثل کورتیکواستروئیدها یا ایمونوساپرسیوها)

داروهای ضد درد و مسکن ❗ قطره یا داروهای مخصوص چشم در صورت التهاب

نکات مهم:

✓ مصرف دقیق دارو طبق نسخه پزشک ❌ قطع یا تغییر خودسرانه دوز ❗ گزارش هرگونه تشدید علائم قبلی یا بروز علائم جدید

## تداخلات دارویی و غذایی

❗ اجتناب از داروهای بدون نسخه که سیستم ایمنی را تحت تأثیر قرار می‌دهند

❗ مصرف مایعات کافی ❗ پرهیز از الکل و دخانیات ❗ ❗ اطلاع پزشک از تمام داروها و مکمل‌ها

## مراقبت‌های روزمره و خودمراقبتی

استراحت کافی و جلوگیری از خستگی ❗ مراقبت از زخم‌ها ❗ پایش علائم روزانه و ثبت تغییرات ❗ استفاده از پمادها و داروهای موضعی طبق دستور پزشک ❗ جلوگیری از فشار یا آسیب به زخم‌ها

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



## حمام و بهداشت فردی

دوش آرام و کوتاه شستشوی ملایم زخمها خشک کردن با حوله نرم شستن دست قبل از لمس زخمها

## فعالیت و بازگشت به کار / ورزش

اجتناب از فعالیت شدید در دوره‌های فعال بیماری پیاده‌روی سبک و ورزش آرام اجتناب از استرس‌های شدید

فعالیت روزمره را با کاهش التهاب و درد ادامه دهید جلوگیری از ضربه به نواحی حساس بدن اجتناب از غذاهای

تحریک‌زا

## تغذیه پس از ترخیص

مصرف مایعات کافی رژیم غذایی سالم، شامل سبزیجات و میوه‌ها

پروتئین کافی برای ترمیم بافت‌ها پرهیز از غذاهای فرآوری شده و چرب

رژیم ضد التهاب در صورت توصیه پزشک

## پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیکی

وبزیت منظم پزشک متخصص روماتولوژی

کنترل التهاب، زخم‌ها و وضعیت چشم

ثبت علائم روزانه و پیشرفت درمان

آزمایش خون و تصویربرداری در صورت نیاز با نظر پزشک معالج

## مراجعه فوری به پزشک

تب بالا یا لرز سردردهای شدید اختلال تعادل زخم شدید یا خونریزی التهاب و تورم مفاصل

قرمزی و درد چشم یا کاهش بینایی بروز ضایعات پوستی قرمز رنگ بر روی پوست

## پیشگیری و مراقبت‌های کلی

مصرف داروها طبق نسخه پزشک

رعایت رژیم غذایی و مصرف مایعات کافی

محافظت از زخم‌ها و پیشگیری از آسیب

پیگیری منظم و ثبت علائم روزانه

جلوگیری از خستگی و استرس

کد آموزش: PDC-IM-07



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد