



# کارت ترخیص



🏠👤 خودمراقبتی پس از ترخیص بیماران پس از جراحی تمپانوپلاستی (Tympanoplasty)

## 📌 تمپانوپلاستی چیست ؟

تمپانوپلاستی یک جراحی برای ترمیم پرده گوش (تمپان) آسیب دیده یا سوراخ شده است تا شنوایی بهبود یافته و عفونت‌های گوش میانی کاهش یابد.

### 📌 علائم شایع پس از جراحی:

- \* تورم یا کبودی خفیف در اطراف گوش
- \* گاهش شنوایی موقت
- \* درد خفیف تا متوسط در گوش
- \* ترشح کمی از گوش
- \* احساس گرفتگی یا فشار در گوش

### ⚠️ علائم خطر پس از ترخیص ⚠️

- \* تورم یا قرمزی گسترده اطراف گوش
- \* درد شدید و غیر قابل کنترل با مسکن
- \* ترشح خون آلود یا چرکی زیاد
- \* تب بالا و علائم عفونت
- \* سرگیجه شدید یا تهوع و استفراغ
- \* کاهش شدید شنوایی یا وزوز گوش ناگهانی

### 📌 دارودرمانی پس از ترخیص 📌

- \* آنتی بیوتیک‌ها: طبق نسخه پزشک برای پیشگیری از عفونت
- \* مسکن‌ها و ضد التهاب‌ها: جهت کاهش درد و تورم
- \* قطره‌های گوش: در صورت تجویز برای حفاظت و کاهش التهاب

### 📌 نکات مهم:

- \* مصرف دقیق داروها طبق دستور پزشک
- \* گزارش عوارض جانبی به پزشک
- \* تکمیل دوره درمان حتی اگر علائم بهبود یافته باشد

### ⚠️ تداخلات دارویی و غذایی ⚠️

- \* اجتناب از داروهای ضد انعقاد بدون مشورت پزشک
- \* پرهیز از مصرف الکل در دوره دارو درمانی
- \* رعایت رژیم غذایی سالم و مایعات کافی
- \* اطلاع به پزشک از تمام داروها و مکمل‌های مصرفی

### 🏠 مراقبت‌های روزمره و خودمراقبتی 🏠

- \* جلوگیری از ورود آب به گوش در هنگام حمام و شنا
- \* اجتناب از دستکاری یا فشار دادن گوش
- \* استراحت کافی و نکه داشتن سر بالاتر هنگام خواب
- \* کمپرس سرد در ۲۴ ساعت اول برای کاهش تورم (در صورت توصیه پزشک)

### 🚿 حمام و بهداشت فردی 🚿

- \* دوش آرام، پرهیز از ورود آب به گوش
- \* خشک کردن اطراف گوش با حوله نرم و بدون فشار
- \* رعایت بهداشت دست قبل از لمس گوش یا تغییر پانسمان

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



## فعالیت و بازگشت به کار

- \* پرهیز از ورزش و فعالیت‌های شدید تا تایید پزشک
- \* بازگشت تدریجی به فعالیت‌های روزمره
- \* اجتناب از محیط‌های پر گرد و غبار و سر و صدا زیاد

## تغذیه پس از ترخیص

- \* مصرف مایعات کافی برای کمک به بهبود
- \* رژیم غذایی سالم و متعادل
- \* پرهیز از غذاهای بسیار داغ یا سخت که باعث فشار به گوش می‌شوند
- \* مصرف مواد مغذی برای تقویت سیستم ایمنی

## پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیکی

- \* ویزیت منظم پزشک متخصص گوش و حلق و بینی
- \* بررسی وضعیت پرده گوش و بهبود شنوایی
- \* آزمایش شنوایی در صورت نیاز
- \* ثبت وضعیت درد، تورم، ترشحات و علائم روزانه

## ارجاع مجدد به پزشک

- \* درد یا تورم شدید و غیرقابل کنترل
- \* ترشح خون آلود یا چرکی زیاد
- \* تب یا علائم عفونت
- \* سرگیجه شدید، تهوع یا کاهش شدید شنوایی
- \* خونریزی از گوش یا باز شدن محل جراحی

## پیشگیری و مراقبت‌های کلی

- \* رعایت بهداشت گوش و دست‌ها
- \* جلوگیری از ورود آب و فشار به گوش
- \* مصرف داروها طبق نسخه و تکمیل دوره درمان
- \* استراحت کافی و رعایت نکات ایمنی
- \* ثبت دقیق علائم روزانه و گزارش به پزشک

## چک لیست روزانه بیمار

- بررسی درد، تورم و ترشحات  مصرف داروها طبق نسخه  جلوگیری از ورود آب و فشار به گوش  رعایت استراحت کافی و
- ارتفاع سر هنگام خواب  پیگیری ویزیت‌ها و ثبت علائم روزانه

کد آموزشی: PDC-ENT-08



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد