



کارت ترخیص



راهنمای جامع خودمراقبتی پس از ترخیص بیماران مبتلا به تومور اعصاب محیطی
(Peripheral Nerve Tumors)

تومور اعصاب محیطی چیست؟

اعصاب محیطی، پیام‌های مغز را به دست‌ها پاها صورت تومورهای این اعصاب ممکن است خوش خیم (مانند شوآنوم، نوروفیروما) بدخیم (نادر) باشند.

علائم خطر پس از ترخیص

در صورت مشاهده فوراً مراجعه کنید:

افزایش ناگهانی درد

ضعف جدید اندام

بی‌حسی شدید

تورم محل جراحی

تب

ترشح زخم

مدیریت داروها

داروهای شایع: مسکن‌ها داروهای ضد درد عصبی (گاباپنتین، پریگابالین) آنتی‌بیوتیک (در صورت تجویز) ضدالتهاب

نکات مهم: مصرف منظم قطع ناگهانی ممنوع ثبت عوارض

مراقبت از زخم و پانسمان

مراقبت روزانه: شستشوی دست تعویض پانسمان تمیز بررسی قرمزی خشک نگه داشتن هشدار: بوی بد چرک خونریزی

پوزیشن و محافظت از عصب

عدم فشار مستقیم روی ناحیه جراحی استفاده از بالش وضعیت صحیح خواب خوابیدن روی سمت عمل ممنوع

فعالیت و حرکت

هفته‌های اول: پیاده‌روی سبک نشستن کوتاه استراحت کافی بعد از بهبود: تمرین تدریجی تمرینات عصبی فعالیت سنگین ممنوع

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



فیزیوتراپی و کاردرمانی

اهداف:

بازبایی قدرت 🖐️ هماهنگی دست 🧠 کاهش درد عصبی

کنترل درد عصبی

درد عصبی ممکن است ⚡: سوزشی ⚡ تیرکشنده ⚡ گزگز باشد.

مدیریت ✓ دارو ✓ کمپرس گرم/سرد ✓ آرام‌سازی ✓ فیزیوتراپی

تغذیه ترمیم‌کننده اعصاب

مواد مفید:

امگا ۳ 🟡 ویتامین B 🟢 آنتی‌اکسیدان 🟠 منیزیم 🟡 الکل ممنوع 🚫

پیگیری‌های پزشکی

ویزیت 📅: نورولوژی 📅 جراح اعصاب 📅 انکولوژی (در صورت بدخیمی)

آزمایش‌ها MRI 🧠: آزمایش خون 🩸 تست عصبی 📊

مراقبت از پوست بی‌حس

در نواحی بی‌حس ✓: روزانه بررسی ✓ جلوگیری از سوختگی ✓ کفش مناسب

بازگشت به کار و زندگی

زمان تقریبی 4-12 🕒 هفته (بسته به نوع جراحی)

توصیه ✓: شروع تدریجی ✓ تنظیم محیط کار ✓ استراحت بین کار

موارد مراجعه فوری

در صورت:

فلج ناگهانی

عفونت زخم

تب بالا

درد غیر قابل کنترل

کد آموزش PDC-NSUR-05



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد