کـــارت تـــرخـــیص

🚽🫀خودمراقبتی پس از ترخیص بیماران مبتلا به سرطان رکتوم(Rectal Cancer)

📌سرطان رکتوم چیست ⚠️🔍؟

سرطان رکتوم نوعی تومور بدخیم بخش انتهایی روده بزرگ است که نزدیک مقعد قرار دارد.

درمان شامل جراحی، شیمی‌درمانی، رادیوتراپی یا ترکیبی از آن‌هاست و گاهی با استوما (کیسه دفع) همراه است.

علائم شایع:

🩸 خون در مدفوع 🚽 تغییر عادات دفع 🤢 احساس دفع ناقص ⚖️ کاهش وزن 😴 خستگی و کم‌خونی

🚨 علائم خطر پس از ترخیص 🚑⚠️

❗ خونریزی شدید مقعدی ❗ انسداد روده (یبوست شدید، نفخ، استفراغ)

❗ درد شدید لگن یا شکم ❗ تب و علائم عفونت ❗ ترشح یا باز شدن زخم جراحی ❗ اسهال و استفراغ مکرر

💊داروردرمانی پس از ترخیص ⏰💊

💊 داروهای شیمی‌درمانی طبق برنامه

💊 داروهای ضد درد و ضد تهوع

💊 داروهای نرم‌کننده مدفوع (در صورت تجویز)

💊 داروهای محافظ معده و روده

نکات مهم:

✅مصرف منظم داروها ⚠️ گزارش اسهال شدید، یبوست یا خونریزی ❌قطع خودسرانه درمان ممنوع

⚠️ تداخلات دارویی و غذایی 🥗💉

🚫 مصرف دارو بدون مشورت 🍊 احتیاط با گریپ‌فروت

🥗 پرهیز از غذاهای تند، چرب و نفاخ ⚠️ اطلاع پزشک از داروهای گیاهی

🏠مراقبت‌های روزمره 🩺🏠

🚽 اجتناب از زور زدن هنگام دفع 🔪 رعایت بهداشت فردی

🧻 مراقبت از ناحیه مقعد یا استوما 📒 ثبت دفعات و نوع دفع

🧠 کنترل استرس

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی ،آیت الله کاشانی شهرکرد

حمام و بهداشت فردی

شستشو با آب ولرم پس از دفع | استفاده از دستمال نرم | کرم محافظ پوست | جلوگیری از تحریک ناحیه

فعالیت و بازگشت به زندگی روزمره

پیاده‌روی سبک | بازگشت تدریجی به کار | اجتناب از بلند کردن اجسام سنگین | تقویت تدریجی بدن

تغذیه پس از ترخیص

وعده‌های کوچک و منظم | آب فراوان | فیبر متعادل (طبق توصیه پزشک)

پروتئین کافی | غذاهای نرم و کم‌چرب

پیگیری پزشکی و آزمایش‌ها

ویزیت منظم آنکولوژیست | آزمایش خون | کولونوسکوپی یا تصویربرداری | ثبت وزن و علائم

مراجعه فوری به پزشک

خونریزی شدید | انسداد روده | تب بالا

درد شدید لگن | ترشح زخم جراحی

پیشگیری و مراقبت‌های کلی

ترک سیگار و الکل | تغذیه سالم | پایبندی به درمان | مراقبت از پوست ناحیه | حمایت روحی و روانی

چک‌لیست روزانه بیمار

☑مصرف دارو

☑تغذیه مناسب

☑نوشیدن آب

☑ثبت دفع

☑تحرک سبک

☑گزارش علائم

کد آموزشی PDC-ONC-05

اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد