



# کارت ترخیص



🕒 خودمراقبتی پس از ترخیص بیماران مبتلا به سرطان معده (Gastric Cancer)

## 🚩 سرطان معده چیست ؟

سرطان معده نوعی تومور بدخیم دستگاه گوارش است که از سلول‌های پوششی معده شروع می‌شود و می‌تواند به بافت‌های اطراف گسترش یابد. درمان شامل جراحی، شیمی‌درمانی، رادیوتراپی یا ترکیبی از آن‌هاست.

علائم شایع:

بی‌اشتهایی 🍴، تهوع و استفراغ 🤢، کاهش وزن 📉، سوزش یا درد معده 🍷، مدفوع تیره یا کم‌خونی 🩸، خستگی مزمن 🧘

## 🚩 علائم خطر پس از ترخیص

! استفراغ خونی یا مدفوع سیاه ! درد شدید و مداوم شکم ! کاهش وزن شدید ! تب یا علائم عفونت ! اسهال و استفراغ مکرر ! ناتوانی در خوردن یا نوشیدن !

## 🕒 دارودرمانی پس از ترخیص

🕒 داروهای شیمی‌درمانی طبق برنامه 🕒 داروهای ضد تهوع 🕒 داروهای محافظ معده 🕒 مکمل‌های ویتامینی (در صورت تجویز) 🕒 مسکن‌ها

نکات مهم:

✅ مصرف منظم داروها ! گزارش تهوع، ریزش مو، ضعف یا خونریزی ❌ قطع خودسرانه درمان ممنوع

## 🚩 تداخلات دارویی و غذایی

🚫 پرهیز از داروهای بدون نسخه بدون مشورت ! اطلاع پزشک از مکمل‌ها 🍷 اجتناب از غذاهای دودی، شور و تند 🍊 احتیاط در مصرف گریپ‌فروت (در برخی داروها)

## 🏠 مراقبت‌های روزمره

🧘 استراحت کافی 🧠 مدیریت استرس 🩺 رعایت بهداشت دهان (مهم در شیمی‌درمانی) ! 🩺 پیشگیری از عفونت 📅 ثبت علائم روزانه

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



## حمام و بهداشت فردی

دوش ملایم مرطوب نگه داشتن پوست مسواک نرم مراقبت از پوست حساس

## فعالیت و بازگشت به زندگی روزمره

پیاده روی سبک فعالیت متناسب با توان اجتناب از خستگی شدید بازگشت تدریجی به کار

## تغذیه پس از ترخیص

وعده‌های کوچک و متعدد پروتئین کافی غذاهای نرم و کم چرب میوه‌های ملایم پرهیز از غذای سنگین آب کافی

## پیگیری پزشکی و آزمایش‌ها

ویزیت منظم آنکولوژیست آزمایش خون دوره‌ای سی‌تی‌اسکن یا آندوسکوپی در صورت نیاز ثبت وزن و اشتها

## مراجعه فوری به پزشک

- خونریزی گوارشی
- استفراغ مداوم
- تب بالای ۳۸
- ضعف شدید
- درد غیر قابل تحمل

## پیشگیری و مراقبت‌های کلی

- ترک سیگار و الکل
- تغذیه سالم
- پایبندی به درمان
- حمایت روانی
- پیگیری منظم

کد آموزشی: PDC-ONC-18



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد