



کارت ترخیص



🏠 خودمراقبتی پس از ترخیص بیماران مبتلا به سرطان کلیه (Kidney Cancer)

🔍 سرطان کلیه چیست ⚠️؟

سرطان کلیه معمولاً از سلول‌های لوله‌ای کلیه شروع می‌شود و به آن کارسینوم سلول کلیوی (RCC) می‌گویند. درمان شامل جراحی (برداشتن بخشی یا تمام کلیه)، درمان هدفمند، ایمونوتراپی یا ترکیبی از آن‌هاست.

علائم شایع:

🩸 وجود خون در ادرار / درد پهلو یا کمر / کاهش وزن / خستگی مزمن / تب بی‌دلیل

⚠️ علائم خطر پس از ترخیص ⚠️

! کاهش شدید حجم ادرار ! خونریزی شدید ادراری ! تورم پا، صورت یا شکم
! تب و علائم عفونت ! درد شدید پهلو ! اسهال

🕒 دارودرمانی پس از ترخیص 🕒

📌 داروهای هدفمند / ایمونوتراپی طبق برنامه 📌 مسکن‌ها (طبق دستور) 📌 داروهای کنترل فشار خون
📌 مکمل‌ها در صورت تجویز

نکات مهم:

✅ مصرف منظم دارو ⚠️ گزارش تهوع، بثورات پوستی، فشار بالا ✖️ قطع خودسرانه درمان ممنوع

⚠️ تداخلات دارویی و غذایی 🍷🥗

🚫 مصرف خودسرانه داروهای مسکن (NSAIDs)

🥗 کاهش نمک و پروتئین اضافی

🍊 احتیاط با گریپ‌فروت

⚠️ اطلاع پزشک از داروهای گیاهی

🏠 مراقبت‌های روزمره 🏠

📌 کنترل میزان ادرار 📌 استراحت کافی 📌 مدیریت استرس 📌 مراقبت از محل جراحی 📌 ثبت فشار خون و علائم

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



مراقبت‌های روزمره و خودمراقبتی

استراحت کافی و اجتناب از فعالیت شدید
پایش روزانه علائم شامل درد، تورم، تهوع یا زردی
مراجعه فوری در صورت تشدید علائم
رعایت بهداشت دست‌ها و محیط برای جلوگیری از عفونت
رعایت رژیم غذایی سبک و کم چرب

حمام و بهداشت فردی

دوش آرام و کوتاه
استفاده از صابون ملایم
خشک کردن بدن با حوله نرم
رعایت بهداشت دست قبل از غذا و لمس محل زخم یا داروها

فعالیت و بازگشت به کار / ورزش

اجتناب از فعالیت شدید و بلند کردن اجسام سنگین
پیاپیاده روی سبک و تمرینات ملایم طبق توصیه پزشک
بازگشت تدریجی به فعالیت‌های روزانه
جلوگیری از سقوط یا آسیب

تغذیه پس از ترخیص

مصرف مایعات کافی
پروتئین کافی برای حفظ توده عضلانی
سبزیجات و میوه‌های شسته شده
پرهیز از غذاهای چرب، سرخ‌شده یا آلوده
وعده‌های کوچک و متعدد برای کاهش تهوع

پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیکی

ویزیت منظم پزشک آنکولوژی
پایش عملکرد کبد، آزمایش خون و تصویربرداری
ثبت علائم روزانه شامل درد، تهوع و زردی
انجام آزمایش‌ها یا سونوگرافی CT/برای ارزیابی بیماری

مراجعه فوری به پزشک

درد شدید یا تورم شکم
تهوع و استفراغ شدید
تب ≤ 38 درجه سانتی‌گراد یا علائم عفونت
زردی شدید یا تشدید شده
خونریزی یا کبودی غیرمعمول

پیشگیری و مراقبت‌های کلی

مصرف دقیق داروها و مکمل‌ها طبق نسخه پزشک
رعایت رژیم غذایی سالم و سبک
پایش روزانه علائم و گزارش فوری
به پزشک
استراحت کافی و فعالیت سبک
پیگیری آزمایش‌ها و ویزیت‌های منظم

کد آموزشی: PDC-ONC-15



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد