



کارت ترخیص



🏠 خودمراقبتی پس از ترخیص پس از عمل جراحی سلولیت (Cellulitis Surgery)

📌 سلولیت چیست و چرا جراحی نیاز است؟ 📌

سلولیت یک عفونت باکتریایی پوست و بافت‌های زیرین است که در موارد شدید یا مقاوم به درمان دارویی نیاز به جراحی برای تخلیه عفونت دارد.

دلایل جراحی:

* آبسه بزرگ یا عمیق * عفونت مقاوم به آنتی‌بیوتیک * خطر انتشار عفونت به سایر اندام‌ها * پیشگیری از نکروز و آسیب بافتی
* قرمزی و تورم شدید پوست * درد موضعی * تب و لرز * ترشح چرکی * افزایش دمای موضعی

⚠️ علائم خطر پس از ترخیص ⚠️

افزایش درد یا قرمزی موضع
تورم ناگهانی یا گسترش قرمزی
تب بالای ۳۸ درجه
ترشح چرکی یا بدبو از زخم
خونریزی غیرطبیعی
درد همراه با تنگی نفس یا ضعف شدید

📍 دارودرمانی پس از ترخیص 📍

* آنتی‌بیوتیک‌ها طبق نسخه پزشک * مسکن‌ها (استامینوفن، ایبوپروفن) برای کاهش درد * مکمل‌های ویتامین و آهن در صورت نیاز

نکات مهم:

* مصرف دقیق و کامل دوره آنتی‌بیوتیک * عدم قطع خودسرانه دارو * گزارش عوارض مانند تهوع، بثورات یا خارش
* رعایت ساعت و دستور مصرف دارو

⚠️ تداخلات دارویی و غذایی ⚠️

* پرهیز از الکل * اجتناب از داروهای گیاهی بدون مشورت پزشک * مصرف آنتی‌بیوتیک همراه غذا در صورت توصیه
فاصله داروها با مکمل‌های معدنی یا لبنیات طبق دستور

📍 مراقبت از زخم و پانسمان 📍

* تعویض پانسمان طبق دستور پزشک * خشک و تمیز نگه داشتن محل زخم * شستشو با سرم یا آب جوشیده سرد شده * عدم فشار یا دستکاری محل جراحی * استفاده از پماد تجویزی برای تسریع ترمیم
* علائم عفونت: ترشح چرکی * قرمزی و تورم افزاینده * درد غیرطبیعی * بوی بد

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



حمام و بهداشت فردی

* دوش کوتاه پس از اجازه پزشک * پرهیز از استخر و وان * خشک کردن کامل محل زخ * استفاده از لباس نخی و آزاد
* رعایت بهداشت شخصی

پوزیشن و استراحت

* استراحت نسبی ۵ تا ۱۰ روز اول پس از جراحی * قرار دادن عضو تحت درمان در وضعیت بالاتر برای کاهش تورم
* تغییر وضعیت هر ۲ ساعت در شب و روز * جلوگیری از فشار به زخم

فعالیت و بازگشت به کار

هفته اول: * پیاده روی سبک در منزل * اجتناب از فعالیت های شدید و بلند کردن اجسام
هفته های بعد: * افزایش تدریجی فعالیت * بازگشت به کار پس از تأیید پزشک * ورزش سبک با مجوز پزشک
ممنوعیت ها: * ورزش سنگین و بلند کردن اجسام * فعالیت شدید تا بهبود کامل

تغذیه پس از جراحی

* رژیم پرپروتئین برای ترمیم بافت * مصرف میوه و سبزی تازه * مایعات فراوان * کاهش غذاهای چرب و نفاخ
* پرهیز از فست فود

پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیکی

* ویزیت پزشک جراح * بررسی ترمیم زخم * آزمایش خون در صورت نیاز * پیگیری علائم عفونت * ثبت وضعیت درد و تورم روزانه

ارجاع مجدد به پزشک

* افزایش درد یا تورم * ترشح چرکی یا بدبو * تب یا لرز مداوم * خونریزی غیرطبیعی * علائم ضعف یا سرگیجه

پیشگیری و مراقبت های کلی

رعایت بهداشت فردی و مصرف منظم داروها
پیگیری توصیه های پزشکی
کنترل بیماری های زمینه ای (دیابت، فشار خون)
خودمراقبتی و ثبت علائم روزانه

کد آموزشی: PDC-SUR-12

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد



اسکن کنید