



# کارت ترخیص



🏠 خودمراقبتی پس از ترخیص پس از عمل جراحی سنگ کیسه صفرا (Cholecystectomy)

## 🔪 سنگ کیسه صفرا و ضرورت جراحی 🏠

سنگ کیسه صفرا باعث ایجاد درد شدید، تهوع و التهاب کیسه صفرا می‌شود. جراحی برداشتن کیسه صفرا (چولسیستکتومی) درمان اصلی است.

### دلایل جراحی:

\* درد شدید یا حمله صفراوی \* التهاب مزمن یا حاد کیسه صفرا \* جلوگیری از عفونت یا پانکراتیت \* سنگ‌های بزرگ یا متعدد که باعث انسداد مجاری صفراوی می‌شوند

## ⚠️ علائم خطر پس از ترخیص ⚠️

\* تب بالای ۳۸ درجه

\* درد شدید شکم، به ویژه در ناحیه راست بالا

\* تهوع یا استفراغ مداوم

\* زردی پوست و چشم‌ها (یرقان)

\* تورم، قرمزی یا ترشح در محل زخم

\* مدفوع کمرنگ یا ادرار تیره

## 📌 دارودرمانی پس از ترخیص 📌

\* مسکن‌ها برای کنترل درد \* آنتی‌بیوتیک در صورت وجود عفونت یا بر اساس نسخه \* داروهای گوارشی در صورت نیاز نکات مهم:

\* مصرف دقیق و سر ساعت داروها \* عدم قطع خودسرانه داروها \* گزارش عوارض جانبی به پزشک

## ⚠️ تداخلات دارویی و غذایی ⚠️

\* پرهیز از غذاهای چرب و سنگین تا ترمیم کامل \* مصرف وعده‌های کوچک و مکرر \* فاصله داروها با مکمل‌ها و داروهای معدنی \* اجتناب از الکل و نوشیدنی‌های گازدار

## 📌 مراقبت از زخم و پانسمان 📌

تعویض پانسمان طبق دستور پزشک

شستشوی محل زخم با آب ولرم و خشک کردن کامل

عدم فشار یا مالش محل زخم

استفاده از پمادهای تجویزی در صورت نیاز

علائم عفونت: ترشح چرکی یا بدبو \* تورم و قرمزی افزایش یافته \* درد غیرطبیعی

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



## حمام و بهداشت فردی

\* دوش کوتاه و با احتیاط پس از اجازه پزشک \* پرهیز از استخر یا وان تا بهبود کامل \* لباس‌های نخی و آزاد برای کاهش فشار بر زخم

## پوزیشن و استراحت

\* استراحت نسبی حداقل ۷ روز پس از جراحی \* تغییر وضعیت بدن به آرامی \* بالش حمایتی زیر شکم و پهلو \* جلوگیری از فشار مستقیم روی محل جراحی-

## فعالیت و بازگشت به کار

**هفته اول** \* پیاده‌روی سبک در منزل \* اجتناب از بلند کردن اجسام و فعالیت شدید  
**هفته‌های بعد** \* افزایش تدریجی فعالیت‌ها \* بازگشت به کار و فعالیت‌های روزمره با اجازه پزشک  
**ممنوعیت‌ها:** \* ورزش سنگین و بلند کردن اجسام \* فعالیت شدید و فشار مستقیم به شکم

## تغذیه پس از جراحی

\* رژیم کم‌چرب و سبک \* وعده‌های غذایی کوچک و مکرر \* مصرف مایعات کافی \* اجتناب از غذاهای سنگین و نفاخ \* رعایت رژیم غذایی پزشک برای کاهش علائم گوارشی

## پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیکی

\* ویزیت پزشک جراح و بررسی محل زخم \* آزمایش خون و عملکرد کبد در صورت نیاز \* ثبت علائم درد، تهوع و یرقان روزانه \* سونوگرافی در صورت توصیه پزشک

## ارجاع مجدد به پزشک

درد شدید یا برگشت علائم قبل \* تب یا لرز مداوم \* زردی پوست و چشم‌ها \* ترشح یا عفونت زخم \* استفراغ مداوم

## پیشگیری و مراقبت‌های کلی

رعایت رژیم غذایی سبک و کم‌چرب و مصرف مایعات کافی  
مراقبت از زخم و بهداشت فردی  
مصرف داروها طبق نسخه پزشک  
پیگیری منظم ویزیت‌ها و آزمایش‌ها

کد آموزشی: PDC-SUR-13



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد