



کارت ترخیص



🌿🏠 خودمراقبتی پس از ترخیص مراقبت پس از جراحی شقاق (Anal Fissure Surgery)

📌 شقاق چیست و چرا جراحی لازم است ؟

شقاق یک ترک یا زخم در ناحیه مقعد است که باعث درد شدید و خونریزی می‌شود. زمانی که درمان‌های دارویی یا غیر جراحی موثر نباشند، جراحی برای بهبود سریع‌تر و کاهش درد انجام می‌شود.

دلایل جراحی:

* درد شدید و مزمن * خونریزی مکرر * عدم بهبود با درمان‌های دارویی * پیشگیری از عفونت و تشدید زخم

⚠️ **علائم خطر پس از ترخیص** 🚑

خونریزی شدید یا مداوم

درد غیر قابل تحمل

تب بالای ۳۸ درجه

ترشح چرکی یا بدبو از محل زخم

تورم و التهاب ناحیه مقعد

📍 **دارودرمانی پس از ترخیص** 📍

مسکن‌ها برای کنترل درد

ملین‌های نرم‌کننده مدفوع

آنتی‌بیوتیک در صورت وجود عفونت

نکات مهم:

* مصرف داروها طبق نسخه و ساعت مشخص * گزارش عوارض جانبی به پزشک * عدم قطع خودسرانه داروها

⚠️ **تداخلات دارویی و غذایی** 🍷

مصرف غذاهای نرم و پر فیبر برای جلوگیری از یبوست

پرهیز از غذاهای تند و نفاخ

مصرف مایعات کافی برای حفظ نرم بودن مدفوع

فاصله داروهای تجویزی با مکمل‌ها و داروهای معدنی

📍 **مراقبت از زخم و پانسمان** 🏠

* شستشوی ناحیه مقعد با آب ولرم و صابون ملایم * خشک کردن کامل محل پس از هر شستشو

* استفاده از پانسمان در صورت نیاز طبق دستور پزشک * جلوگیری از فشار یا مالش محل جراحی

علائم عفونت یا مشکل: * ترشح بدبو یا چرکی * تورم و قرمزی افزایش یافته * درد غیر طبیعی

واحد آموزشی به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد



حمام و بهداشت فردی

* دوش کوتاه و آرام با آب ولرم * پرهیز از وان و استخر تا بهبود کامل * استفاده از دستمال نرم و تمیز برای خشک کردن لباس نخی و آزاد برای کاهش فشار و اصطکاک

پوزیشن و استراحت

* استراحت نسبی هفته اول پس از جراحی * اجتناب از نشستن طولانی مدت * استفاده از بالش نرم هنگام نشستن برای کاهش فشار * تغییر وضعیت بدن به آرامی

فعالیت و بازگشت به کار

هفته اول: * پیاده‌روی کوتاه در منزل * اجتناب از فعالیت شدید و بلند کردن اجسام
هفته‌های بعد: * افزایش تدریجی فعالیت‌ها طبق توصیه پزشک * بازگشت به کار و فعالیت‌های روزمره با اجازه پزشک
ممنوعیت‌ها: * فعالیت شدید و فشار مستقیم روی ناحیه مقعد * ورزش سنگین تا بهبود کامل

تغذیه پس از جراحی

* رژیم پر فیبر و نرم * وعده‌های غذایی کوچک و مکرر * مصرف مایعات کافی برای جلوگیری از یبوست * اجتناب از غذاهای تند و نفاخ

پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیکی

* ویزیت پزشک جراح * بررسی ترمیم زخم و کنترل علائم عفونت * ثبت وضعیت درد و ترشحات روزانه * آزمایش‌های مرتبط در صورت نیاز

ارجاع مجدد به پزشک

* درد شدید یا برگشت علائم قبل * خونریزی غیرطبیعی یا مداوم * ترشح بدبو یا چرک * تورم یا التهاب شدید * تب یا لرز مداوم

پیشگیری و مراقبت‌های کلی

* رعایت رژیم غذایی نرم و پر فیبر * مصرف مایعات کافی * شستشوی منظم و صحیح ناحیه مقعد * مصرف داروها طبق نسخه پزشک * پیگیری ویزیت‌ها و آزمایش‌ها * جلوگیری از فشار مستقیم به محل جراحی

کد آموزشی: PDC-SUR-14



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد