



کارت ترخیص



📌 خودمراقبتی پس از ترخیص بیماران مبتلا به عفونت حاد گوش

➔ عفونت حاد گوش چیست ؟

عفونت حاد گوش می‌تواند در گوش میانی (Otitis Media) یا گوش خارجی (Otitis Externa) ایجاد شود و باعث درد، تورم، ترشح و کاهش شنوایی موقت می‌شود.

علائم شایع:

- * درد شدید گوش یا ناحیه اطراف گوش
- * تب و بی‌حالی
- * ترشح زرد یا سبز از گوش
- * تورم و قرمزی در ناحیه گوش
- * کاهش شنوایی موق

⚠️ علائم خطر پس از ترخیص ⚠️

- * تب بالای ۳۸ درجه همراه درد شدید
- * تورم شدید و گسترش درد به صورت یا گردن
- * سرگیجه، تهوع یا استفراغ
- * ترشح خون آلود یا چرکی زیاد
- * کاهش شنوایی ناگهانی یا شدید
- * درد مداوم که با مسکن کنترل نمی‌شود

💊 دارودرمانی پس از ترخیص 💊

- * آنتی‌بیوتیک‌ها: طبق نسخه پزشک، تمام دوره مصرف شود
- * مسکن‌ها: برای کنترل درد
- * داروهای ضد التهاب یا قطره‌های گوش: در صورت تجویز

نکات مهم:

- * مصرف دقیق داروها طبق ساعت مشخص
- * گزارش عوارض جانبی به پزشک
- * عدم قطع خودسرانه داروها

⚠️ تداخلات دارویی و غذایی ⚠️

- * اجتناب از مصرف همزمان داروهای مشابه بدون توصیه پزشک
- * پرهیز از الکل و غذاهای سنگین در دوره مصرف آنتی‌بیوتیک
- * اطلاع به پزشک درباره تمام داروها و مکمل‌های مصرفی

🏠 مراقبت‌های روزمره و خودمراقبتی 🏠

- * خشک نگه داشتن گوش از آب و رطوبت
- * پرهیز از استفاده گوش‌پاک‌کن یا وارد کردن جسم خارجی
- * جلوگیری از فشار یا ضربه به گوش
- * استراحت کافی و مدیریت استرس
- * در صورت تجویز، استفاده صحیح از قطره‌های گوش

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



حمام و بهداشت فردی

- * شستشوی آرام بدن بدون ورود آب به گوش
- * استفاده از گوش گیر یا پنبه روغنی هنگام دوش یا استخر
- * خشک کردن گوش با حوله نرم و بدون فشار

فعالیت و بازگشت به کار

- * فعالیت‌های سبک و اجتناب از کارهای پر فشار تا کاهش درد و التهاب
- * بازگشت تدریجی به فعالیت‌های روزمره با توصیه پزشک
- * پرهیز از محیط‌های پرسر و صدا تا بهبود کامل

پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیکی

- * ویزیت پزشک برای بررسی گوش و کنترل التهاب
- * تست شنوایی در صورت کاهش شنوایی یا علائم مداوم
- * ثبت درد، ترشحات و تب روزانه
- * آزمایش‌های لازم برای بررسی عفونت و اثر داروها

ارجاع مجدد به پزشک

- * تب یا درد شدید که کنترل نمی‌شود
- * خونریزی یا ترشح چرکی زیاد
- * سرگیجه شدید یا تهوع مداوم
- * تورم و قرمزی گسترده
- * کاهش شنوایی ناگهانی

پیشگیری و مراقبت‌های کلی

- * رعایت بهداشت گوش و جلوگیری از ورود آب آلوده
- * مصرف منظم داروها طبق نسخه
- * پیگیری ویزیت‌ها و آزمایش‌ها
- * اجتناب از گوش‌پاک‌کن و اجسام خارجی
- * ثبت دقیق علائم روزانه

چک‌لیست روزانه بیمار

- بررسی درد و ترشحات گوش مصرف داروها طبق نسخه جلوگیری از ورود آب یا فشار به گوش رعایت رژیم غذایی سبک
- و هیدراته پیگیری ویزیت‌ها و آزمایش‌ها ثبت وضعیت شنوایی و علائم روزانه

کد آموزشی: PDC-ENT-15



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد