



کارت ترخیص



🌟 راهنمای جامع خودمراقبتی پس از ترخیص: لاپاراتومی (Laparotomy)

🔪 لاپاراتومی چیست؟ 📄

لاپاراتومی یک عمل جراحی باز شکم است که برای بررسی، درمان یا اصلاح مشکلات داخلی شکم انجام می‌شود. این روش برای تشخیص بیماری‌ها و درمان شرایطی مانند انسداد روده، کیست، تومورها یا خونریزی داخلی استفاده می‌شود.

علائم قبل از عمل:

درد شکم یا تورم غیرطبیعی ● مشکلات گوارشی مانند یبوست یا تهوع ● خونریزی یا اختلالات داخلی ⚡
گاهش اشتها یا ضعف عمومی 🏃

⚠️ **علائم خطر پس از ترخیص** SOS ⚠️

در صورت مشاهده هر یک از موارد زیر، سریعاً به پزشک مراجعه کنید:

● خونریزی یا ترشح غیرعادی از محل عمل

● درد شدید و غیرقابل تحمل

● تورم، قرمزی یا گرمی محل عمل

⚡ تب یا لرز

● تهوع یا استفراغ مداوم

● مشکل در دفع یا ادرار

💊 **دارودرمانی پس از ترخیص:** 💊

💊 مسکن‌های خوراکی یا تجویزی برای کنترل درد 🚫 آنتی‌بیوتیک‌ها برای پیشگیری یا درمان عفونت
ملین‌ها یا داروهای نرم‌کننده مدفوع برای جلوگیری از فشار روی محل عمل

نکات مهم:

مصرف دارو دقیقاً طبق نسخه پزشک 📄 شستشوی دست قبل از هر استفاده از دارو یا پانسمان 💎 رعایت دقیق زمان‌بندی داروها و اجتناب از خودسرانه تغییر دوز

👩 **مراقبت از محل عمل** 🩹

پانسمان را طبق دستور پزشک تعویض کنید

🧼 شستشوی محل عمل با آب و صابون ملایم 💧 استفاده از پماد یا محلول ضدعفونی‌کننده طبق نسخه 🧑

خشک کردن محل با حوله نرم و ضربه‌ای 🧻 بررسی روزانه برای ترشح، تورم یا قرمزی 🧑

اجتناب از فشار یا کشش روی محل عمل 🙅

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



حمام و پوزیشن

حمام کوتاه با آب ولرم ✓ اجتناب از شنا و آببازی تا بهبودی کامل ✗

تغییر پوزیشن منظم و استراحت کافی ☒ استفاده از بالش نرم هنگام نشستن برای کاهش فشار 📌

فعالیت و بازگشت به زندگی روزمره 🚶

* فعالیت سبک و پیاده‌روی کوتاه پس از ترخیص * اجتناب از ورزش سنگین یا بلند کردن اجسام
* بازگشت تدریجی به فعالیت‌های روزمره * رعایت تحرک منظم برای جلوگیری از لخته شدن خون و یبوست
* جلوگیری از نشستن یا ایستادن طولانی

تغذیه و سلامت عمومی 🍏🥗🥤

رژیم غذایی پر فیبر برای بهبود عملکرد روده هیدراتاسیون کافی 💧

مصرف میوه، سبزیجات و پروتئین کافی برای ترمیم باف

اجتناب از غذاهای سنگین، چرب و پرادویه ✗ 🌶

در صورت تجویز پزشک، استفاده از مکمل‌های غذایی مناسب 📌

پیگیری پزشکی و نتایج 📅🏥

ویزیت پزشک پس از 1-2 هفته

بررسی محل عمل و روند بهبود

گزارش هرگونه خونریزی، ترشح، درد غیر معمول، تهوع یا مشکلات دفع

انجام آزمایش‌ها یا سونوگرافی در صورت نیاز برای بررسی عوارض داخلی

رعایت نکات پیشگیرانه برای جلوگیری از عود یا عفونت 📌

نکات خودمراقبتی تکمیلی 🧡👤

پوشیدن لباس گشاد و راحت 📌

تغییر موقعیت نشستن و خواب منظم

یادداشت وضعیت علائم روزانه 📌

رعایت دقیق برنامه دارویی و مراقبتی

کاهش استرس و اجتناب از فعالیت‌های سنگین در هفته اول 🧑

استفاده از بالش یا نشیمنگاه نرم برای کاهش فشار بر محل عمل 📌

کد آموزشی: PDC-SUR-24



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد