



کارت ترخیص



بخش دوم: نارسایی مزمن کلیه (CKD – Chronic Kidney Disease)

علائم خطر و هشدار

- تورم مزمن دست‌ها، پاها و صورت
- خستگی روزانه، کاهش انرژی
- تنگی نفس در شب یا هنگام فعالیت
- تغییر رنگ پوست یا خارش مزمن
- درد قفسه سینه، تهوع، خونریزی غیرطبیعی

داروها و مدیریت آنها

- داروهای فشار خون، دیورتیک، مکمل‌های کلسیم و ویتامین D
- ثبت دقیق دوز و زمان مصرف دارو
- بررسی تداخل دارو و غذا
- عدم تغییر یا قطع دارو بدون مشورت پزشک

تغذیه و محدودیت‌ها

- کنترل پروتئین، سدیم، پتاسیم و فسفر طبق برنامه پزشک
- مصرف مایعات طبق نظر پزشک
- ثبت وعده‌ها و حجم مایعات

پایش و ثبت پاراکلینیک‌ها

- آزمایش خون: کراتینین، BUN، الکترولیت‌ها
- آزمایش ادرار: حجم، رنگ و میزان پروتئین
- فشار خون روزانه
- وزن روزانه

ارجاع مجدد به نفرولوژیست در صورت تغییرات شدید یا غیرطبیعی

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



استراحت، پوزیشن و فعالیت

استراحت کافی و خواب منظم 🌙

پوزیشن نیمه‌نشسته و بالا نگه داشتن پاها 🦶

فعالیت سبک و کوتاه روزانه 🚶

برگشت به کار: شروع با فعالیت سبک، اجتناب از کار سنگین

حمام و مراقبت شخصی

آب ولرم و کوتاه 🚿

خشک کردن کامل پوست و پاها پس از حمام 🧴

مراقبت ویژه از زخم‌ها و پانسمان‌ها 🩹

زخم، پانسمان و مراقبت از پوست

بررسی روزانه زخم‌ها

تعویض پانسمان طبق دستور پزشک

شستشو با محلول توصیه‌شده

گزارش خونریزی، ترشح یا التهاب غیر طبیعی

پیگیری و مراجعات پزشکی

ویزیت منظم نفرولوژیست 🩺

آزمایش‌های دوره‌ای: کراتینین، BUN، الکترولیت‌ها، ادرار

ثبت فشار خون، وزن، ادرار و علائم روزانه 📅

مراجعه فوری در صورت علائم اورژانسی

کد آموزش: PDC-IM-27



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد