



کارت ترخیص



خودمراقبتی پس از ترخیص بیماران پس از نفرکتومی (Nephrectomy)

نفرکتومی چیست؟

نفرکتومی یعنی برداشتن کامل یا بخشی از کلیه با جراحی.

علت‌ها: ✓ تومور کلیه ✓ آسیب شدید ✓ عفونت شدید ✓ سنگ‌های پیشرفته ✓ کلیه غیرکارا

علائم هشدار (مراجعه فوری) پس از ترخیص

در صورت مشاهده فوراً مراجعه کنید:

⚠ تب بالای 38°C ⚠ درد شدید و مداوم ⚠ قرمزی، ترشح زخم ⚠ تورم شدید شکم
⚠ کاهش ادرار ⚠ تنگی نفس ⚠ خونریزی

دارودرمانی پس از ترخیص

داروهای رایج:

مسکن‌ها ✓ آنتی‌بیوتیک ✓ داروهای فشارخون (در صورت نیاز) ✓ محافظ کلیه

نکات مهم: طبق نسخه مصرف شود ❌ مصرف خودسرانه مسکن ممنوع ⚠ پرهیز از ایبوپروفن و دیکلوفناک بدون نظر پزشک

مراقبت از کلیه باقی مانده

از این پس یک کلیه دارید → محافظت بسیار مهم است ❤️

توصیه‌ها: 💧 آب کافی (6-8 لیوان) ❌ پرهیز از کم‌آبی ❌ مصرف بی‌رویه نمک ❌ مصرف دارو بدون نسخه

مراقبت از زخم جراحی

پانسمان و زخم: تمیز و خشک نگه دارید 💎 شستشو با آب و صابون ملایم ❌ دستکاری زخم ممنوع ✓ تعویض پانسمان طبق دستور

علائم عفونت زخم:

⚠ قرمزی ⚠ ترشح ⚠ بوی بد ⚠ درد شدید

حمام و بهداشت

🚿 حمام 48-72 ✓: ساعت بعد مجاز ❌ وان و استخر تا 3 هفته ممنوع

🧼 بهداشت ✓: لباس نخی ✓ خشک نگه داشتن محل بخیه

واحد آموزشی به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



🏠 پوزیشن و استراحت

وضعیت خواب 🏠: طاق باز یا پهلوئی سالم ● فشار روی محل عمل ممنوع
استراحت 2 ✓: هفته استراحت نسبی ✓ خواب کافی (7-8 ساعت)

🏃 فعالیت و بازگشت به کار

هفته اول 🏃: راه رفتن سبک ○ رانندگی ○ بلند کردن بار
هفته 2-6 ✓: فعالیت تدریجی ○ اجسام سنگین (<5 کیلو)

بازگشت به کار:

👜 کار سبک: 3-4 هفته 🧑‍🚒 کار سنگین: 6-8 هفته

🍏 تغذیه بعد از نفرکتومی

کم نمک 🍏 پروتئین متعادل 🥬 سبزیجات 🍎 میوه تازه 🍌 نان سیوس دار

پرهیز:

○ غذای شور ○ فست فود ○ کنسرو ○ نوشابه

👁️ مراقبت از ادرار

👤 نکات:

✓ دفع منظم ✓ توجه به رنگ ادرار ✓ عدم نگه داشتن ادرار

هشدار:

⚠️ ادرار خونی ⚠️ کاهش حجم ⚠️ سوزش شدید

🏥 پیگیری پزشکی و آزمایش‌ها

آزمایش‌های ضروری:

🏥 کراتینین 🏥 اوره 🏥 آزمایش ادرار 🏥 سونوگرافی

زمان ویزیت:

1-2 هفته بعد 📅 سپس هر 3-6 ماه 📅 عدم پیگیری = آسیب به کلیه باقی مانده

📞 چه زمانی فوراً تماس بگیریم؟

🏥 قطع ادرار 🏥 تب 🏥 درد شدید 🏥 خونریزی 🏥 ورم پا 🏥 تنگی نفس

کد آموزشی: PDC-URO-17



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد