



# کارت ترخیص



📄❤️ خودمراقبتی پس از ترخیص بیماران پس از عمل واریکوسل (Varicocelelectomy)

📌 واریکوسل چیست 📌؟

واریکوسل وریدهای متورم و گشاد در کیسه بیضه (اسکروتوم) است که باعث درد، تورم و در موارد شدید میتواند منجر به ناباروری شود.

عمل جراحی واریکوسل (Varicocelelectomy) برای بستن وریدهای گشاد و بهبود جریان خون انجام می‌شود.

**علائم شایع قبل و بعد از عمل:**

🚫 درد یا سنگینی بیضه ⚡ تورم و گشاد شدن رگ‌ها 🩸 خونریزی خفیف پس از جراحی  
🛌 خستگی و نیاز به استراحت 🩹 درد هنگام ایستادن یا فعالیت شدید

⚠️ **علائم خطر پس از ترخیص** ⚠️

- ! درد شدید یا تورم غیر قابل تحمل
- ! خونریزی زیاد یا ترشحات چرکی از محل جراحی
- ! تب یا لرز 🔴
- ! تورم شدید بیضه یا کیسه بیضه
- ! مشکلات ادراری یا درد هنگام ادرار 🚽

📌 **دارودرمانی پس از ترخیص** 📌

- 📌 مسکن‌ها برای کاهش درد (NSAID) یا پاراستامول
- 📌 آنتی‌بیوتیک طبق تجویز پزشک برای پیشگیری از عفونت
- 📌 داروهای ضد التهاب در صورت نیاز

نکات مهم:

- ✅ مصرف دقیق دارو طبق نسخه پزشک
- ❌ تغییر خودسرانه دوز

⚠️ گزارش هرگونه خونریزی، تب یا تورم شدید

⚠️ **تداخلات دارویی و غذایی** 🍷

- 🚫 مصرف داروهای رقیق‌کننده خون بدون مشورت پزشک 🚫 الکل و دخانیات 🚫
- 💧 مصرف مایعات کافی برای حفظ جریان خون
- 🥗 رژیم غذایی سالم و سبک، پر از میوه و سبزیجات

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



## 🏠 مراقبت‌های روزمره و خودمراقبتی 🏠

🛌 استراحت نسبی و اجتناب از فعالیت شدید تا 1-2 هفته

🩹 مراقبت از محل برش جراحی و پانسمان

⚠️ جلوگیری از فشار یا ضربه به کیسه بیضه

✅ استفاده از لباس زیر حمایتی (Supportive underwear)

🩹 پایش درد و تورم روزانه

## 🚿 حمام و بهداشت فردی 🚿

🚿 دوش آرام و کوتاه ✅ خشک کردن با حوله نرم

🧼 شستشوی محل برش با آب و صابون ملایم 🧼 شستن دست قبل از لمس محل جراحی

## 🏃 فعالیت و بازگشت به کار / ورزش 🏃

⚠️ اجتناب از فعالیت شدید، ورزش سنگین و بلند کردن اجسام حداقل 4-6 هفته

👉 پیاده‌روی سبک برای بهبود گردش خون ✅ فعالیت روزمره را به تدریج افزایش دهید

## 🍎 تغذیه پس از ترخیص 🍎

💧 مصرف مایعات کافی 🥬 سبزیجات تازه و میوه‌های سرشار از ویتامین C 🍌 پروتئین کافی برای ترمیم بافت‌ها

❌ پرهیز از غذاهای شور، چرب و فرآوری شده ⚠️ حفظ وزن مناسب برای کاهش فشار روی وریدها

## 📅 پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیکی 📅

📅 ویزیت منظم پزشک اورولوژی 📅 ثبت علائم روزانه و پیشرفت درمان

🩹 کنترل درد، تورم و بهبود وضعیت بیضه 📅 سونوگرافی پس از چند هفته در صورت نیاز

## 📞 مراجعه فوری به پزشک 📞

⚠️ درد شدید یا تورم غیرقابل کنترل ⚠️ خونریزی زیاد یا ترشح چرکی

⚠️ تب یا لرز ⚠️ تورم یا درد شدید بیضه ⚠️ مشکل در ادرار یا درد هنگام ادرار 🚿

## 🩹 پیشگیری و مراقبت‌های کلی 🩹

🩹 استفاده منظم از لباس زیر حمایتی 🩹 تکمیل دوره دارویی طبق نسخه پزشک

🩹 رعایت بهداشت فردی 🩹 جلوگیری از فشار یا ضربه به کیسه بیضه 🩹 پیگیری منظم پزشک و آزمایش‌ها

کد آموزشی: PDC-URO-19



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد