



کارت ترخیص



♥️ 🇮🇷 خودمراقبتی پس از ترخیص بیماران پس از (پریتونیت / التهاب پرده صفاق)

🔍 ❓ **پریتونیت چیست** ❓

پریتونیت التهاب پرده صفاق (لایه‌ای که احشا شکم را می‌پوشاند) است که معمولاً به دلیل عفونت باکتریایی یا سوراخ شدن روده ایجاد می‌شود. این بیماری اورژانسی و تهدیدکننده زندگی است و پس از درمان و ترخیص، مراقبت دقیق حیاتی است.

علائم شایع:

🚑 درد شدید شکم و حساسیت موضعی 🚑 تب و لرز 🚑 تهوع و استفراغ 🚑 کاهش اشتها و ضعف عمومی 🚑 تورم یا نفخ شکم

⚠️ **علائم خطر پس از ترخیص** ⚠️

! درد شدید یا افزایش درد شکم ●

! تب یا لرز بالا

! تهوع و استفراغ مداوم

! تورم شکم یا افزایش نفخ

! خون در مدفوع یا استفراغ

! گیجی، سرگیجه یا ضعف شدید

📌 **دارودرمانی پس از ترخیص** 📌

📌 آنتی‌بیوتیک‌ها برای پیشگیری یا درمان عفونت

📌 مسکن‌ها و ضد التهاب‌ها برای کنترل درد

📌 داروهای مکمل جهت حمایت از معده و دستگاه گوارش

نکات مهم:

✅ مصرف دقیق دارو طبق نسخه پزشک ❌ قطع خودسرانه آنتی‌بیوتیک ⚠️ گزارش هرگونه تب، خون در مدفوع یا افزایش درد

⚠️ **تداخلات دارویی و غذایی** 🍴📌

❌ پرهیز از داروهای بدون نسخه که معده و روده را تحریک می‌کنند

💧 مصرف مایعات کافی برای جلوگیری از کم‌آبی

🍲 رژیم غذایی سبک: برنج، سیب‌زمینی، سوپ رقیق

❌ پرهیز از غذاهای چرب، تند و پرادویه

⚠️ اطلاع پزشک از تمام داروها و مکمل‌ها

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



🏠 مراقبت‌های روزمره و خودمراقبتی 🏠

🛖 استراحت کافی و جلوگیری از فشار به شکم 🍷 مراقبت از محل جراحی یا پانسمان
🩺 پایش روزانه دمای بدن و درد شکم 💧 جایگزینی مایعات و پایش ادرار
⚠️ ثبت علائم روزانه و اطلاع به پزشک در صورت بدتر شدن

🧼 حمام و بهداشت فردی 🧼

🚿 دوش آرام و کوتاه، پرهیز از فشار مستقیم روی شکم 🧴 شستشوی دست‌ها قبل از غذا و بعد از توالت
✅ خشک کردن بدن و محل پانسمان با حوله نرم 🧤 رعایت بهداشت محل جراحی و زخم‌ها

🏃 فعالیت و بازگشت به کار / ورزش 🏃

⚠️ اجتناب از فعالیت شدید و بلند کردن اجسام سنگین 🏋️ پیاده‌روی سبک برای گردش خون و پیشگیری از لخته
✅ بازگشت تدریجی به فعالیت روزانه با کاهش درد ❌ جلوگیری از تماس با محیط‌های آلوده

🍎 تغذیه پس از ترخیص 🍎

💧 مصرف مایعات فراوان و محلول‌های الکترولیت 🥗 رژیم غذایی سبک و قابل هضم
🍷 پروتئین کافی برای ترمیم بافت‌ها ❌ پرهیز از غذاهای چرب، سنگین و پرادویه
⚠️ وعده‌های کوچک و متعدد

📄 پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیکی 📄

📅 ویزیت منظم پزشک جراح یا داخلی 🩺 بررسی درد، تورم و وضعیت پانسمان
📄 ثبت علائم روزانه 🩺 آزمایش خون، ادرار و تصویربرداری در صورت نیاز

📞 مراجعه فوری به پزشک 📞

🔥 درد شدید یا افزایش درد شکم 🔥 تب یا لرز بالا 🔥 تهوع یا استفراغ مداوم 🔥 خون در مدفوع یا استفراغ
🔥 تورم شکم، گیجی یا ضعف شدید

🌸 پیشگیری و مراقبت‌های کلی 🌸

🛖 مصرف داروها طبق نسخه پزشک 🩺 مراقبت دقیق از محل جراحی و پانسمان
🩺 رعایت رژیم غذایی سبک و جایگزینی مایعات 🩺 ثبت دقیق علائم روزانه و گزارش به پزشک
🛖 استراحت کافی و جلوگیری از فشار به شکم

کد آموزش: PDC-IM-10



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد