



کارت ترخیص



🏠 خودمراقبتی پس از ترخیص بیماران پس از جراحی برداشتن پولیپ بینی (Nasal Polyp Surgery Polypectomy)

📌 پولیپ بینی چیست؟

پولیپ بینی توده‌های نرم و غیرسرطانی در مخاط بینی و سینوس‌ها هستند که باعث انسداد مسیر تنفسی و مشکلات تنفسی می‌شوند. جراحی پولیپ بینی به منظور باز کردن مسیر بینی و بهبود تنفس انجام می‌شود.

📌 علائم شایع پیش و پس از جراحی:

* گرفتگی بینی و دشواری تنفس * ترشحات بینی (گاهی خون‌آلود یا چرکی) * کاهش حس بویایی * درد و تورم اطراف بینی و صورت * خستگی و گاهی سردرد

📌 علائم خطر پس از ترخیص ⚠️

* خونریزی شدید یا مداوم از بینی * درد یا تورم شدید که کنترل نمی‌شود * تب بالا یا علائم عفونت * ترشح چرکی یا بدبو از بینی * مشکل در تنفس یا بلع * سردرد شدید یا تغییر بینایی

📌 دارودرمانی پس از ترخیص ⌚

* آنتی‌بیوتیک‌ها: جهت پیشگیری از عفونت پس از جراحی * مسکن‌ها و ضد التهاب‌ها: برای کنترل درد و کاهش تورم * اسپری‌های سالین یا دارویی بینی: جهت تمیز نگه داشتن مجرای بینی و کاهش التهاب

📌 نکات مهم:

* مصرف دقیق داروها طبق نسخه پزشک * گزارش عوارض جانبی به پزشک * تکمیل دوره دارو حتی اگر علائم بهبود یافته باشد

📌 تداخلات دارویی و غذایی 🍷

* اجتناب از داروهای ضد انعقاد بدون مشورت پزشک * پرهیز از مصرف الکل و غذاهای داغ یا تند که باعث تحریک بینی می‌شوند * مصرف کافی مایعات و رعایت رژیم غذایی سالم * اطلاع پزشک از تمام داروها و مکمل‌ها

🏠 مراقبت‌های روزمره و خودمراقبتی 🏠

* اجتناب از فشار، مالش یا دستکاری بینی * استفاده منظم از محلول شستشوی بینی و اسپری‌ها طبق دستور پزشک * استراحت کافی و خواب با سر بالاتر برای کاهش تورم * پرهیز از عطسه یا سرفه شدید بدون پوشاندن بینی

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



حمام و بهداشت فردی

- * دوش آرام و کوتاه، پرهیز از فشار مستقیم آب به بینی
- * خشک کردن بینی و اطراف آن با حوله نرم
- * رعایت بهداشت دست قبل از لمس بینی یا اسپری بینی

فعالیت و بازگشت به کار

- * اجتناب از فعالیت‌های شدید، ورزش و بلند کردن اجسام سنگین تا بهبود کامل
- * بازگشت تدریجی به فعالیت‌های روزمره با کاهش تورم و درد
- * اجتناب از محیط‌های آلوده و پر گرد و غبار

تغذیه پس از ترخیص

- * مصرف مایعات فراوان برای حفظ رطوبت مخاط بینی
- * رژیم غذایی سالم و سبک، پرهیز از غذاهای سفت و تحریک‌کننده
- * افزایش مصرف میوه و سبزیجات برای تقویت سیستم ایمنی
- * اجتناب از غذاهای داغ، چرب و پرادویه

پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیکی

- * ویزیت منظم پزشک متخصص گوش و حلق و بینی
- * بررسی وضعیت ترشحات، تورم و شنوایی و تنفس
- * ثبت وضعیت درد، گرفتگی بینی و علائم روزانه
- * آزمایش یا تصویربرداری در صورت عود پولیپ یا عفونت

ارجاع مجدد به پزشک

- * خونریزی شدید یا مداوم
- * درد یا تورم غیرقابل کنترل
- * تب یا علائم عفونت
- * مشکل تنفس یا بلع
- * ترشحات چرکی یا بدبو
- * سردرد شدید یا تغییر بینایی

پیشگیری و مراقبت‌های کلی

- * استفاده منظم از اسپری و محلول شستشوی بینی
- * پرهیز از فشار یا ضربه به بینی
- * رعایت بهداشت دست و دهان
- * تکمیل دوره دارویی طبق نسخه پزشک
- * ثبت دقیق علائم روزانه و گزارش به پزشک

چک‌لیست روزانه بیمار

- بررسی ترشحات و گرفتگی بینی
- مصرف داروها طبق نسخه
- استفاده منظم از اسپری و محلول بینی
- رعایت استراحت و ارتفاع سر هنگام خواب
- پیگیری ویزیت‌ها و ثبت علائم روزانه

کد آموزشی: PDC-ENT-05

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد



اسکن کنید