



کارت ترخیص



👉 خودمراقبتی پس از ترخیص بیماران مبتلا به پیلونفریت (عفونت کلیه)

👉 پیلونفریت چیست ؟

پیلونفریت، عفونت باکتریایی کلیه‌ها است که باعث التهاب و درد در ناحیه کلیه می‌شود. درمان سریع و مراقبت دقیق پس از ترخیص برای جلوگیری از آسیب کلیه ضروری است.

علائم شایع:

👉 درد پهلو یا کمر 🔴 تب و لرز 🔴 ادرار خون آلود یا تیره 🔴 سوزش یا درد هنگام ادرار 🔴 خستگی و ضعف

👉 **علائم خطر پس از ترخیص** ⚠️

👉 تب بالا یا لرز مداوم !
👉 درد شدید پهلو یا شکم !
👉 کاهش حجم ادرار یا عدم ادرار !
👉 خونریزی شدید یا لخته در ادرار !
👉 حالت تهوع یا استفراغ شدید !

👉 **دارودرمانی پس از ترخیص** ⌚

👉 آنتی‌بیوتیک‌ها طبق نسخه پزشک (تکمیل دوره الزامی)

👉 مسکن‌ها برای کاهش درد 📌 داروهای ضد تهوع در صورت نیاز

نکات مهم:

✅ مصرف دقیق دارو طبق نسخه پزشک ❌ قطع یا تغییر خودسرانه دارو ⚠️ گزارش هرگونه تب یا خونریزی شدید

👉 **تداخلات دارویی و غذایی** 🍷

👉 داروهای رقیق‌کننده خون بدون مشورت پزشک ❌ الکل و نوشیدنی‌های کافئین‌دار 🚫

👉 مصرف آب کافی (حداقل 2 تا 3 لیتر در روز)

👉 **مراقبت‌های روزمره و خودمراقبتی** 🏠

👉 استراحت کافی و جلوگیری از فعالیت سنگین

👉 ادرار منظم و کامل، جلوگیری از نگه داشتن ادرار

👉 مراقبت از محل هرگونه برش جراحی یا سوند

❌ جلوگیری از فشار یا ضربه به ناحیه پهلو و شکم

👉 **حمام و بهداشت فردی** 🛁

👉 دوش آرام و کوتاه ✅ خشک کردن با حوله نرم 🧻 شستشوی ناحیه تناسلی و اطراف سوند با آب و صابون ملایم

👉 شستن دست قبل از لمس محل عمل یا سوند 🧴

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



تغذیه درمانی

- مصرف مایعات فراوان برای جلوگیری از تجمع باکتری‌ها پروتئین کافی برای ترمیم بافت‌ها
- سبزیجات تازه و سبزی میوه‌های غنی از ویتامین C
- پرهیز از غذاهای شور، چرب و فرآوری شده

پیگیری پزشکی و نتایج پاراکلینیکی

- ویزیت منظم پزشک اورولوژی بررسی آزمایش ادرار و خون
- کنترل درد، تورم و تب ثبت علائم روزانه و پیشرفت درمان

مراجعه فوری به پزشک

- تب بالا یا لرز شدید
- درد پهلو یا شکم غیرقابل کنترل
- کاهش حجم ادرار یا عدم ادرار
- خونریزی شدید در ادرار
- تهوع یا استفراغ مداوم

پیشگیری و مراقبت‌های کلی

- مصرف مایعات کافی و مرتب
- تکمیل دوره دارویی طبق نسخه پزشک
- رعایت بهداشت فردی
- پیگیری منظم پزشک و آزمایش‌ها

چک لیست روزانه بیمار

- مصرف داروها
- پیاپیاده روی سبک و فعالیت کنترل شده
- بررسی رنگ و حجم ادرار
- ثبت علائم روزانه
- مراجعه به پزشک در صورت هر علامت خطر

کد آموزشی: PDC-URO-06



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد