



کارت ترخیص



راهنمای جامع خودمراقبتی پس از ترخیص کوله سیستکتومی (Cholecystectomy)

کوله سیستکتومی چیست ؟

کوله سیستکتومی جراحی برداشتن کیسه صفرا است که معمولاً به دلیل سنگ کیسه صفرا یا التهاب کیسه صفرا (Cholecystitis) انجام می شود.

علائم قبل از جراحی : درد شدید در ناحیه فوقانی راست شکم یا زیر دنده ها ، تهوع و استفراغ ، تب و لرز ، سوء هاضمه یا نفخ پس از غذاهای چرب

علائم هشدار پس از ترخیص SOS

در صورت مشاهده هر یک از موارد زیر، سریعاً به پزشک مراجعه کنید:

● درد شدید یا افزایشی شکم

● قرمزی، تورم یا ترشح غیر طبیعی از محل زخم

● تب بالای 38 درجه

● تهوع یا استفراغ مکرر

⚡ یرقان (زردی پوست و چشم)

دارودرمانی پس از ترخیص

داروهای تجویزی:

آنتی بیوتیک ها برای پیشگیری از عفونت

مسکن های خوراکی برای کنترل درد

داروهای ضد تهوع در صورت نیاز

نکات مهم: مصرف دارو طبق نسخه ، یادداشت زمان و دوز داروها ، شستشوی دست قبل از مصرف داروها

خودداری از مصرف داروهای بدون تجویز پزشک

مراقبت از زخم و پانسمان

پانسمان را طبق دستور پزشک تعویض کنید ، بررسی روزانه زخم برای تورم، قرمزی یا ترشح

شستشوی محل زخم با آب و صابون ملایم ، اجتناب از مالش یا فشار روی زخم

استفاده از پوشش محافظ در فعالیتهای روزانه

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهرکرد



حمام و پوزیشن

حمام کوتاه و با آب ولرم ✓

خودداری از خیس کردن مستقیم پانسمان ✗

استراحت کافی در روزهای اول

تغییر پوزیشن ملایم هر 2-3 ساعت برای جلوگیری از خشکی عضلات

خودداری از خم شدن شدید یا بلند کردن اجسام سنگین

فعالیت و بازگشت به کار

پیاده روی سبک از روز دوم پس از ترخیص

اجتناب از ورزش سنگین یا بلند کردن اجسام تا تایید پزشک

بازگشت به کار اداری بعد از 1-2 هفته

بازگشت به کارهای فیزیکی سنگین بعد از 4-6 هفته

تغذیه و سلامت عمومی

رژیم غذایی سبک و کم چرب در هفته اول مصرف زیاد مایعات

مصرف میوه و سبزیجات برای جلوگیری از یبوست

اجتناب از غذاهای چرب یا سنگین ✗

ملین‌ها در صورت یبوست ملایم

پیگیری پزشکی و نتایج آزمایشگاهی

* ویزیت پزشک پس از 1-2 هفته * بررسی محل زخم و روند بهبود * در صورت نیاز، انجام آزمایش خون برای بررسی عفونت

* گزارش هرگونه درد غیر معمول، تب یا تغییر در زخم *

نکات خودمراقبتی تکمیلی

پوشیدن لباس گشاد برای کاهش فشار روی شکم

حفظ آرامش و کاهش استرس

یادداشت وضعیت درد و علائم روزانه

اجتناب از مصرف الکل و دخانیات

پیگیری دقیق برنامه دارویی و مراقبتی

کد آموزشی: PDC-SUR-20



اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی، آیت الله کاشانی شهر کرد