



مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر

فرم آموزش به بیمار در زمان ترخیص کله سیستکتومی (برداشتن کیسه صفرا از طریق جراحی)

شماره پرونده	نام	نام خانوادگی	کد ملی	نام پدر	سن
تحصیلات	بخش تخت	تشخیص کله سیستکتومی	تاریخ و ساعت پذیرش	پزشک معالج	تاریخ ترخیص

بیماری زمینه ای : ندارد بیماری قلبی عروقی دیابت سرطان کلیوی سایر

آموزش های زمان ترخیص توسط پزشک

تاریخ و ساعت	نام دارو	میزان و مدت زمان مصرف دارو	نحوه صحیح مصرف دارو	مهر و امضاء پزشک

رژیم غذایی :

مکان و زمان مراجعه بعدی:

مراقبت های لازم و وضعیت حرکتی در منزل :

آموزشهای زمان ترخیص توسط پرستار

داروهای مصرفی در منزل	تاریخ و ساعت	نام دارو	زمان مصرف دارو	نحوه صحیح مصرف دارو	مهر و امضاء پرستار

مراقبتهای پرستاری لازم در منزل

مهر و امضاء پرستار	<p>تا زمان برطرف شدن علائم و بهبود کامل پس از جراحی ، در بستر استراحت کنید . تا زمانی که هنوز در بستر هستید و فعالیت ندارید ، پاهای خود را مرتب تکان دهید تا احتمال لخته شدن خون در سیاهرگهای عمقی پا کمتر شود . پانسمان خود را مرتب و طبق دستور پزشک تعویض کنید . در وضعیت نیمه نشسته قرار بگیرید بخصوص در موقع غذا خوردن و حداقل تا نیم ساعت پس از غذا دراز نکشید . تا ۴ الی ۶ هفته پس از عمل از انجام هر گونه کارهای سخت و ورزش های سنگین و بلند کردن اجسام سنگین که موجب فشار به ناحیه عمل می شود ، خودداری کنید و پس از این مدت می توانید به فعالیت های طبیعی و روزمره خود ادامه دهید از ایجاد بیوست خودداری کنید . داروهای خود بخصوص آنتی بیوتیک های خود را به موقع مصرف کرده و دوره درمان را تکمیل کنید . ویزیت های بعدی پزشک خود را به طور منظم انجام دهید . توصیه می شود که وزن خود را کنترل کرده و حتی الامکان کاهش دهید و از مصرف غذاهای چرب خودداری کنید ممکن است ۶-۱۲ ماه طول بکشد تا عدم تحمل نسبت به غذاهای چرب برطرف شود . توصیه می شود در جهت کاهش خطر ابتلای پانکراس ، از مصرف الکل طی ۲ ماه اول پس از عمل خودداری کنید .</p>
--------------------	---

علائم هشدار دهنده: در صورت داشتن هر یک از این علائم سریع به پزشک معالج یا مرکز درمانی مراجعه نمایید

در صورت وجود تب و لرز ، خونریزی ، قرمزی ، هرگونه ورم و التهاب ، حساسیت و یا درد مبهم بخصوص در ۱/۴ قسمت بالایی شکم بعد از مصرف غذاهای سرخ کردنی یا چرب و یا حالت تهوع و استفراغ و کاهش اشتها ، سفتی و احساس توده در لمس اطراف محل جراحی ، بی قراری و تحریک پذیری ، احساس نفخ یا پری در شکم ، خروج ترشحات چرکی و عفونی در محل عمل ، خارش و زردی پوست ، رنگ پریدگی و تعریق زیاد ، ادرار تیره ، تغییر رنگ مدفوع به صورت مدفوع بی رنگ یا خاکستری سریعاً به پزشک معالج مراجعه نمایید .

<p>فعالیت</p> <p>شما باید حتماً تحرک داشته باشید ولی از انجام فعالیتها و کارها و ورزش های سنگین برای مدت ۴ الی ۶ هفته خودداری کنید . باید پس از دوره های خستگی استراحت کرده و بر حسب میزان تحمل خود به تدریج فعالیت های خود را افزایش دهید .</p>	
<p>تغذیه</p> <p>غذاهای نفاخ (مثل حبوبات و سبزیجاتی مثل کلم) را از غذاهای خود حذف کنید . استفاده از رژیم غذایی کم چرب و پر پروتئین و پر کربوهیدرات توصیه می شود . همچنین مصرف مکمل های ویتامین E , D , K , A توصیه شده است . بهتر است غذا در دفعات زیاد و با حجم کم مصرف شود . مصرف تخم مرغ سه بار در هفته مجاز است ولی مصرف سفیده تخم مرغ بهتر از تخم مرغ کامل است .</p>	
<p>آموزشهای زمان ترخیص توسط پرسنل پاراکلینیک (فیزیوتراپ/کارشناس تغذیه و ...)</p>	
<p>مهر و امضاء آموزش دهنده</p>	
<p>بیماران محترم , در صورت بروز علائم ذیل در اسرع وقت با واحد کنترل عفونت تماس بگیرید و یا به پزشک معالج خود مراجعه کنید .</p>	
<p>تلفن واحد کنترل عفونت</p> <p>داخلی ۲۸۳</p>	<p>علائم عفونت ادراری (۲۴-۴۸):سوزش ادرار , تکرر ادرار , وجود خون در ادرار , درد ناحیه پهلوها یا ناحیه بالای لگنی , ضعف و بی حالی , تب و لرز</p> <p>علائم عفونت زخم محل جراحی:قرمزی , تورم , گرمی , درد , ترشح , باز شدن بعضی از بخیه ها , تب و لرز</p> <p>علائم عفونت تنفسی:تب و لرز , تعریق , سرفه خشک و خلط دار , وجود خلط خونی , تنگی نفس بسته به شدت بیماری</p>
<p>تلفن تماس</p> <p>داخلی ۳۰۴</p>	<p>تاریخ پیگیری نتایج معوقه آزمایشگاه:</p>
<p>تلفن تماس</p> <p>داخلی ۲۷۸</p>	<p>تاریخ پیگیری نتایج معوقه پاتولوژی:</p>
<p>مکان و زمان مراجعه بعدی به پزشک :</p>	
<p>نام و امضاء آموزش گیرنده :</p>	<p>نام , مهر و امضای آموزش دهنده :</p>

جهت کسب اطلاعات بیشتر می توانید به سایتهای ذیل مراجعه نمایید

<http://ceel.sum.il.ir>

۱-آموزش به بیمار (تلفن داخلی : ۲۳۹)

<http://WWW.ir.diabetes.society.com>

۲-انجمن دیابت ایران :

<http://WWW.irankf.org>

۳-انجمن خیریه حمایت از بیماران کلیوی :

<http://WWW.shiremadar.com>

۴-ترویج تغذیه با شیر مادر :

<http://WWW.iranms.ir>

۵-انجمن مولتیپل اسکلوزیس ایران (انجمن ام اس) :

<http://shohada.lums.ac.ir>

۶-تلفن و سایت بیمارستان : ۶۶۳۳۲۳۶۴۰۱-۷

تلفن مستقیم واحد پیگیری بیماران پس از ترخیص: ۰۹۳۳۱۰۹۳۴۷۰

این فرم در دو نسخه تهیه و یک نسخه از آن تحویل بیمار و نسخه دوم در پرونده بیمار بایگانی شود .