



مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر

فرم آموزش به بیمار در زمان ترخیص تیروئیدکتومی ( برداشتن تیروئید )

شماره پرونده	نام	نام خانوادگی	کد ملی	نام پدر	سن
تحصیلات	بخش تخت	تشخیص تیروئیدکتومی	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

مراقبت های پرستاری لازم در منزل

مهر و امضاء پرستار	<p>معمولاً در هفته اول پس از عمل جراحی ، درد گلو ، تورم و کبودی برش جراحی ، اشکال در بلع یا احساس پری در ناحیه پایین گردن و مختصری گرفتگی و خشونت صدا وجود دارد که طبیعی است و اکثر این عوارض ظرف مدت کوتاهی بهبود می یابند .</p> <p>داروهای خود بخصوص آنتی بیوتیک ها و داروهای مانند لووتیروکسین (که جایگزین کننده هورمون تیروئید است ) را به موقع و سر ساعت مصرف کرده و دوره درمان را تکمیل نمایید .</p> <p>توصیه می شود قرص لووتیروکسین ناشتا خورده شود زیرا جذب آن بیشتر است .</p> <p>جهت تسکین درد بعد از عمل از مسکن های تجویز شده طبق دستور پزشک استفاده کنید .</p> <p>پانسمان محل عمل روزانه و طبق دستور پزشک به صورت استریل انجام شود ( حداقل ۷۲ ساعت ) و پس از این مدت استحمام بلامانع است . سعی کنید همواره پانسمان تمیز و خشک نگهداری شود .</p> <p>بخیه ها معمولاً ۱۰-۷ روز بعد کشیده می شوند .</p> <p>پوزیشن بیمار نشسته بوده و بهتر است سر بالا نگهداشته شود .</p> <p>از چرخاندن مکرر سر ، کشش و قوس دادن گردن یا کشیدن آن به عقب به مدت ۴ هفته خودداری کنید زیرا موجب تحت کشش قرار گرفتن برش جراحی و فشار به بخیه ها می شود .</p> <p>جهت کاهش تورم تارهای صوتی ، حتی الامکان کمتر صحبت کنید .</p> <p>برای کنترل دوز داروی لووتیروکسین ، هر چند وقت یک بار آزمایش TSH انجام دهید .</p>
--------------------	--

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

در صورت بروز هر گونه خستگی و علائم عفونت زخم مانند تب ، قرمزی ، تورم یا وجود ترشحات زیاد و بد بو در ناحیه زخم و ... سریعاً به پزشک معالج مراجعه کنید .

<p><b>فعالیت</b></p> <p>استراحت در منزل به مدت یک هفته توصیه می شود . به محض بهبود علائم فعالیت طبیعی خود را از سر بگیرید . بهتر است فعالیت های خود را به تدریج و آهسته شروع کنید تا از خستگی پیشگیری شود . ورزش های سبک انجام دهید و از انجام هر گونه فعالیت های شدید مانند بلند کردن اجسام سنگین یا انجام ورزش های رزمی خودداری کنید . توصیه می شود هنگام خواب سه عدد بالش زیر سر قرار دهید تا سر بالاتر از سطح قلب باشد . از کشیدن سیگار و داشتن استرس های روحی خودداری کنید .</p>	
<p><b>تغذیه</b></p> <p>تازمانی که درد در ناحیه عمل دارید از رژیم غذایی مایعات ، نرم و پوره جات که نیاز به جویدن ندارند مانند پوره سیب زمینی ، حلیم و ... استفاده کنید . استفاده از رژیم پر کالری و مایعات سرد و خنک توصیه می شود . از مصرف بستنی خودداری کنید زیرا باعث غلیظ شدن ترشحات شده و دفع آن را با مشکل مواجه می سازد . بیماری که کل غده تیروئیدشان خارج می شود ، بیشتر در معرض کاهش کلسیم خون قرار دارند که این مسئله ناشی از آسیب دیدن غده پاراتیروئید حین عمل است ، بنابراین این رژیم غذایی سرشار از کلسیم و ویتامین D استفاده کنید .</p>	
<p><b>آموزشهای زمان ترخیص توسط پرسنل پاراکلینیک (فیزیوتراپ/کارشناس تغذیه و ...)</b></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 داخلی ۲۸۳</p>	<p><b>علائم عفونت ادراری (۲۴-۴۸):</b> سوزش ادرار ، تکرر ادرار ، وجود خون در ادرار ، درد ناحیه پهلوها یا ناحیه بالای لگن ، ضعف و بی حالی ، تب و لرز</p> <p><b>علائم عفونت زخم محل جراحی:</b> قرمزی ، تورم ، گرمی ، درد ، ترشح ، باز شدن بعضی از بخیه ها ، تب و لرز</p> <p><b>علائم عفونت تنفسی:</b> تب و لرز ، تعریق ، سرفه خشک و خلط دار ، وجود خلط خونی ، تنگی نفس بسته به شدت بیماری</p>
<p>تلفن تماس داخلی ۳۰۴</p>	<p>تاریخ پیگیری نتایج معوقه از مایشگاه:</p>
<p>تلفن تماس داخلی ۲۷۸</p>	<p>تاریخ پیگیری نتایج معوقه پاتولوژی:</p>
<p>مکان و زمان مراجعه بعدی به پزشک :</p>	
<p>نام و امضای آموزش دهنده :</p>	<p>نام و امضاء آموزش گیرنده :</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 : ۰۱-۷-۶۶۳۳۲۳۶۴

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