

راهنمای آموزش خودمراقبتی بیماران با آسیب و ضربه به شکم

□ بیمارگرایی در صورت بروز هر یک از علائم زیر مجدداً به اورژانس مراجعه کنید:

♦ بروز تب و لرز

♦ بروز درد شدید در هر یک از قسمت های شکم یا پهلو

♦ درد تیر کشنده به پشت یا هر یک از شانه ها

♦ درد شکم همراه با سفت شدن آن

♦ برجستگی یا بیرون زدن توده

♦ بی اشتها یا شدید

♦ تنگی نفس

♦ ضعف و بی حالی شدید

♦ وجود خون در ادرار

□ پس از ترخیص تا هنگام بهبودی به نکات زیر توجه کنید:

♦ درد ناحیه دیواره ی شکم و عضلات گاهی تا 2 هفته ادامه پیدا می کند.

♦ از استراحت مداوم در بستر بیش از 1 تا 2 روز پرهیز کنید و به فعالیت های خود ادامه دهید.

♦ جهت کنترل درد از ترکیبات استامینوفن استفاده کنید.

♦ از خوابیدن بر روی شکم پرهیز کنید.

