



آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

آپاندیسیت

شماره پرونده:			نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج:
نام پدر:			تاریخ تولد:	تاریخ پذیرش:	اتاق:	
جنس: ☐ زن ☐ مرد			تشخیص:		تخت:	

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما، شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه فرمایید

آموزش های زمان ترخیص و مراقبت در منزل:

فعالیت بدنی:

- از بلند کردن اجسام سنگین (بیش از ۵ کیلو گرم) تا ۶ هفته خودداری کنید.
- پیاده روی سبک روزانه را برای جلوگیری از یبوست و لخته شدن خون در پاها انجام دهید.
- رانندگی را تا زمانی که دیگر از داروهای مسکن خواب آور استفاده نمی کنید، به تعویق بیندازید.

تغذیه:

- ابتدا با مایعات و غذاهای نرم (سوپ و فرنی) شروع کنید.
- برای جلوگیری از فشار به بخیه ها هنگام دفع، میوه و سبزیجات (فیبر) و آب فراوان مصرف کنید تا دچار یبوست نشوید.

مراقبت از زخم:

- محل عمل را خشک و تمیز نگه دارید. معمولاً ۴۸ ساعت بعد از عمل می توانید دوش بگیرید (مگر پزشک دستور دیگری داده باشد).
- زمان کشیدن بخیه ها: معمولاً ۷ تا ۱۰ روز بعد از جراحی. اگر از چسب های استری ستریپ (چسب بخیه) استفاده شده، اجازه دهید خودشان به مرور جدا شوند.

زمان مراجعه به پزشک و پیگیری:

- اولین ویزیت: معمولاً ۳ تا ۵ روز بعد از ترخیص، برای وضعیت زخم و اطمینان از عدم عفونت.
- ویزیت دوم: همزمان با کشیدن بخیه ها (۷ تا ۱۰ روز بعد از عمل).
- دریافت پاسخ پاتولوژی: اگر نمونه ای از بدن شما (مثل آپاندیس) به آزمایشگاه فرستاده شده، حتما در اولین ویزیت نتیجه را از پزشک پیگیری کنید.
- داروها: آنتی بیوتیک های تجویز شده را تا پایان دوره مصرف کنید تا از عفونت لایه های شکم جلوگیری شود.

علائم خطر (سریعاً به اورژانس مراجعه کنید و یا با ۱۱۵ تماس بگیرید):

- خروج ترشحات بد بو، زرد یا سبز از محل بخیه ها.
- باز شدن بخیه ها یا تورم شدید و قرمزی که در حال گسترش است.
- ناتوانی در دفع مدفوع یا گاز بعد از ۲ تا ۳ روز.
- استفراغ مکرر و شکم دردی که با مسکن بهتر نمی شود.
- شکم بسیار سفت و متورم.
- تب بالای ۳۸/۵ درجه یا لرز.
- سرگیجه شدید و رنگ پریدگی.
- تنگی نفس ناگهانی یا درد قفسه سینه.