



آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

درد شکم

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

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:

رژیم غذایی تدریجی: غذا خوردن را با مایعات صاف شده (آبمیوه طبیعی، سوپ رقیق) شروع کنید. اگر درد برگشت، به تدریج غذاهای نرم (برنج کته، مرغ آب پز) را اضافه کنید.

پرهیزات غذایی: تا زمان بهبودی کامل از مصرف غذاهای سرخ کرده، تند، پرادویه، لبنیات پر چرب و حبوبات نفاخ خودداری کنید.

مایعات: اگر اسهال یا استفراغ داشته اید، برای جلوگیری از کم آبی بدن، او آر اس (**ORS**) یا مایعات را بصورت جرعه جرعه و مکرر بنوشید.

مدیریت داروها:

- از مصرف خودسرانه آنتی بیوتیک ها خودداری کنید.
 - داروهای مسکن را طبق دستور مصرف کنید؛ اما اگر درد با مسکن هم بدتر شد، مصرف را قطع کرده و مراجعه کنید.
- استراحت: از انجام فعالیت های بدنی سنگین و ورزش های شکمی تا بهبودی کامل پرهیز کنید.

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

- درد ناگهانی، بسیار شدید و تیر کشنده که با گذشت زمان بدتر می شود.
- سفت شدن دیواره شکم (شکم مانند تخته سفت می شود).
- دردی که به شانه، گردن یا بین دو کتف می زند.
- استفراغ خونی یا مشابه دانه قهوه.
- مدفوع کاملاً سیاه و قیری رنگ یا حاوی خون روشن.
- استفراغ مداوم که مانع از خوردن هر گونه مایعات شود.
- عدم توانایی در دفع گاز یا مدفوع به همراه ورم شدید شکم.
- تب بالای ۳۸/۵ درجه و لرز
- احساس سرگیجه، غش کردن یا رنگ پریدگی ناگهانی.