

فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

توده روده

شماره پرونده:		
نام خانوادگی:	نام:	بخش:
		اتاق:
		تخت:
نام پدر:	تاریخ تولد:	تشخیص (علت بستری):
	جنس: ☐ زن ☐ مرد	تاریخ پذیرش:
بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:		
مراقبت در منزل:		
در دو هفته ی اول پس از عمل جراحی روده موارد زیر را رعایت کنید - شیر معمولاً غیر مجاز است. - مصرف میوه و سبزیجات چه به شکل خام و چه پخته مجاز نیست. - غذاها باید نرم، کم فیبر و بدون ادویه باشد. - تعداد وعده های غذایی افزایش و حجم غذا کاهش یابد. - برنج، ماکارونی، سیب زمینی، مرغ و ماهی کاملاً پخته شده، آب میوه ها و سبزیجات مفید است. - پس از دو هفته می توان به تدریج از میوه و سبزی پخته و پوره شده استفاده کرد. - به مایعات فراوان همراه با غذاهای حاوی سدیم و پتاسیم نیاز دارید. آب پرتقال و سیب، موز، سیب زمینی و گوجه فرنگی بیشتر مصرف کنید. در برخی موارد مکمل ویتامین تجویز می شود. - می توانید از مواد غذایی دریافتی و عوارض جانبی یادداشتی تهیه کنید تا مواد غذایی آزار دهنده شناسایی شوند. - درد بیمار بعد از چند روز کاهش یافته و بیمار می تواند فعالیت های روزمره خود را شروع کند. - در طول دو هفته اول بعد از عمل، به انجام فعالیت سبک مانند پیاده روی بپردازید. - از فعالیت های سنگین در 6 هفته اول بعد از عمل اجتناب کنید. پس از آن، طبق دستور پزشک خود، آرام آرام کارهای سنگین تر را شروع کنید. - از دستورات پزشک خود پیرامون عدم مصرف سیگار پیروی کنید. - زمانی را برای استراحت خود در نظر بگیرید و سعی کنید از افراد دیگری برای انجام وظایف روزانه خود کمک بگیرید. - از پزشک خود درباره داروهای مورد نیاز برای تسکین درد خود و چگونگی مراقبت از خود در طی دوران بهبودی، سوال کنید. - از پوشیدن کمربندهای بسیار سفت یا نوارهای کمری محکم خودداری کنید. - می توانید فعالیت اجتماعی خود را همانند قبل از جراحی داشته باشید - می توانید با کیسه و یا بدون کیسه حمام کنید. - هنگام خروج از منزل و مراجعه به محل کار حتماً کیسه و وسایل اضافی با خود به همراه داشته باشید. - به اندازه مورد نیاز کیسه و کلیه وسایل استومی را همراه خود داشته باشید. - فعالیت جنسی شما بعد از عمل می تواند مانند قبل از عمل وجود داشته باشد و وجود کلستومی اختلالی در فعالیت شما ندارد. - در زمان تعیین شده توسط پزشک مراجعه کنید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - درد متناوب و پی در پی موجی شکل در تمام شکم - نفخ شدید شکم، عدم دفع گاز و مدفوع - قطع ادرار - تب بیشتر از 37/8 درجه سانتی گراد - گیجی و ضعف شدید غیر معمول - خونریزی مداوم یا به مقدار زیاد داخل کیسه - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی - تغییر رنگ شدید در مدفوع از قرمز روشن تا بنفش تیره - اسهال های مداوم همراه با کاهش حجم آب بدن		