

فرم شماره ۲- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

التهاب زخمی روده بزرگ (کولیت)

اولسراتیو

		شماره پرونده:	
نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد:	اتاق:	
	جنس: <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> مرد	تخت:	
	تشخیص (علت بستری):	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 خصوص رژیم غذایی با پزشک خود مشورت کنید.
 - پس از مرحله حاد بیماری رژیم کم چرب، پرپروتئین و پراثری به تدریج برای شما شروع خواهد شد.
 - روزانه ۸ لیوان آب مصرف کنید.
 - وعده های غذایی را در دفعات بیشتر و حجم کمتر مصرف کنید. باید غذا را به خوبی جویده و آرام مصرف کنید.
 - بهداشت دهان رعایت شود و غذا در محیط آرام میل شود.
 - در طول روز استراحت متناوب داشته باشید.
 - در صورت داشتن تب، اسهال یا خونریزی در تخت استراحت داشته باشید.
 - در مرحله حاد برای حفظ توان عضلات و جلوگیری از لخته خون تمرینات فعال و غیرفعال داشته باشید..
 - اگر اسهال دارید، باید از خوردن غذاهای پرفیبر و مواد تحریک کننده روده (غذاهای پر ادویه، کافئین و الکل) خودداری کنید.
 - اگر دل پیچه دارید، سبزیجات و میوه ها را به صورت کنسرو یا کمپوت مصرف کنید. از خوردن سبزیجات و میوه های خام خودداری کنید.
 - برای کاهش دل پیچه، می توان یک شیشه آب داغ، حوله گرم و مرطوب، یا یک بالش گرم را روی شکم گذاشت.
 - سعی کنید از تنش و فشارهای روحی (استرس) دوری کنید.
 - بدن خود را بشناسید و دقت کنید بیماری چگونه شما را تحت تأثیر قرار می دهد.
 - نحوه صحیح مصرف داروهای خود و عوارض آن را به خوبی یاد گرفته و اجرا کنید..
 - در بیماران مبتلا به کولیت ممکن است نیاز باشد با نظر پزشک نمونه برداری از روده بزرگ انجام شود. بعد از گذشت ۱۰ سال از شروع بیماری کولیت، این نمونه برداری ها باید سالانه یکبار انجام شود.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- خونریزی شدید مقعد، تب بالا، دل درد شدید، بروز بیوست، افزایش شدید دفعات اسهال یا اسهال خونی
 - بروز ناراحتی های چشمی، پوستی، مفصلی، تنفسی، کاهش وزن قابل ملاحظه
 - زردی چشم ها و پوست و تیره شدن ادرار
 - اگر استفراغ شروع شود یا درد شکم افزایش یابد.
 - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی