



## بیمارستان کوثر

شماره سند: LI-PED-1200

تاریخ بازنگری: 1401/09/26

### مراقبت پس از ترخیص بیمار با التهاب کیسه صفرا

#### ❖ در صورت مشاهده علائم زیر حتما به اورژانس و یا پزشک خود مراجعه کنید :

- تهوع و استفراغ شدید ، نفخ و عدم توانایی در دفع نفخ یا مدفوع
- درد شدید ، حساسیت و سفتی در بخش بالایی سمت راست شکم و یا انتشار به ناحیه میان جناغ سینه یا شانه راست
- زردی در چشم و پوست
- تب ، لرز ، تنفس سریع ، تپش قلب سریع و کوبنده ، سرفه ، درد قفسه سینه، تعریق و مشکلات تنفسی

#### ❖ در مورد رژیم غذایی توصیه می شود :

- سبزیجات و میوه جات تازه در حد تحمل مصرف نمایید .
- رژیم غذایی کم چرب داشته باشید.
- مواد غذایی در وعده های بیشتر و با حجم کمتر مصرف کنید .
- غذاهای نفاخ و تخم مرغ مصرف نکنید .
- از مصرف کیک ها و شیرینی جات خامه ای و پرچرب ، غذاهای سرخ شده ، گوشت کنسرو شده و چرب ، سوسیس و کالباس ، ذرت بو داده پرهیز نمایید.

#### ❖ در مورد فعالیت بدنی توصیه می شود :

- پیاده روی به صورت منظم و روزانه حداقل به مدت ۳۰ دقیقه در روز داشته باشید .
- فعالیت جنسی ، رانندگی ، مسافرت ، فعالیت شغلی بلامانع است .

#### ❖ توصیه می شود که:

- شیوه زندگی سالم را پیش بگیرید .
- ۱) عدم مصرف الکل و سایر مشروبات الکلی
- ۲) اجتناب از استعمال دخانیات
- ۳) دوری از استرس و هیجان
- ۴) کاهش وزن
- ۵) فعالیت بدنی در حد تحمل و طبق نظر پزشک
- ۶) رعایت رژیم غذایی مناسب

تهیه و تنظیم : واحد آموزش به بیمار

تایید کننده : دکتر یحیی حکمت نژاد-متخصص جراحی عمومی

رفرنس : کتاب برونر سودارث غدد و کبد - مجاری صفراوی و هیپاتیت ۲۰۲۲

کتاب دستنامه بالینی ، برونر سودارث - پرستاری داخلی و جراحی