



بیمارستان حضرت
فاطمه الزهرا
(س) مهریز

واحد ارتقا سلامت
کد سند: PA/HP/72

نام و نام خانوادگی بیمار

سن بخش

امضا بیمار

مهر و امضا پزشک

مهر و امضا پرستار

زمان مراجعه بعدی

در صورت بروز علائم زیر
به پزشک مراجعه نمایید:

- عفونت محل عمل
- تب
- خونریزی
- تعریق زیاد
- بالا رفتن ضربان قلب
- هذیان

پیگیری پس از ترخیص

رژیم غذایی

- با نوشیدنی‌های سرد و بستنی شروع کنید .
- در مرحله بعد، نوشیدن مایعات و خوردن غذاهای نرم مانند سوپ، پودینگ، ماست، میوه‌های کنسرو شده یا پخته شده، تخم‌مرغ هم زده، ژلاتین، پوره سیب‌زمینی یا ماست را امتحان کنید.
- از خوردن غذاهای سفت، تند و ادویه دار بعد از جراحی تیروئیدکتومی خودداری کنید. مانند غذاهای سرخ شده، چیپس، ماهی با استخوان، نان‌های حاوی آجیل و دانه و ...
- در روزهای ابتدایی بعد از جراحی تیروئیدکتومی بهتر است از مصرف میوه‌های سفت، سبزیجات خام و سرخ شده نیز پرهیز کنید.
- همچنین از آب پرتقال یا گوجه‌فرنگی و سایر غذاهای اسیدی که می‌توانند گلو را سوزش دهند، خودداری کنید.

وضعیت حرکتی

- پس از مرخص شدن بیمار معمولاً می‌تواند به فعالیت‌های روزمره خود برگردد. حداقل 10 روز تا دو هفته بیمار باید از انجام هرگونه فعالیت شدید مانند ورزش‌های سنگین خودداری کند.

مراقبت در تیروئیدکتومی

- احساس درد تا چند روز بعد از عمل در ناحیه گلو کاملاً طبیعی است و لازم است بیمار در این مدت از داروهای مسکنی مثل ایبوپروفن یا استامینوفن برای تسکین درد استفاده کند
- برای کاهش تورم تارهای صوتی توصیه می‌شود به آرامی صحبت کرده و از داد زدن پرهیز کنید.
- توصیه می‌شود آرامش جسمی و روحی و تغذیه کافی در خانه داشته باشید. سعی کنید از غذاهای پرکالری استفاده کنید. اگر بلافاصله بعد از نوشیدن سرفه می‌کنید، سعی کنید مایعات غلیظ‌تری مانند اسموتی بنوشید.
- جهت جلوگیری و کاهش یبوست، خوردن غذاهای پر فیبر و نوشیدن مایعات زیاد توصیه می‌شود.

در صورت داشتن سوال ساعت 7:30-
9:30 و 12:30 - 13:30 روزهای غیر
تعطیل با واحد مراقبت در
منزل (33162235) تماس بگیرید.