



جمهوری اسلامی ایران

مراقبتهای ضروری در منزل

بعد از شیمی درمانی

کد: GCC-PA-040/06



واحد آموزش همگانی

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۱/۰۵/۰۱

♦ در طول درمان شیمی درمانی روشهای پیشگیری از حاملگی استفاده نمایید و در صورت نیاز با پزشک معالج مشورت نمایید.

♦ در صورت استفاده از داروهای خوراکی شیمی درمانی آنها را به همراه آب فراوان مصرف کنید.

♦ داروها را به طور مرتب و به موقع مصرف نمایید.

♦ آزمایشات خود را به طور مرتب انجام دهید و پاسخ آن را در یک پوشه نگهداری نمایید.

جهت تهیه مطالب آموزشی به بخش بستری و سرپائی یا واحد آموزش همگانی مراجعه نمایید و یا از طریق سایت به مطالب دسترسی پیدا کنید.

آدرس سایت: omid.mui.ac.ir

منابع:

- ♦ برونر.سودارث، پرستاری در سرطان
- ♦ لاکمن سورنسن، پرستاری در سرطان

♦ از مسواک نرم یا مسواک بچگانه برای شستشوی دندانها استفاده کنید.

♦ در طول شیمی درمانی سعی کنید به بدن شما ضربه و آسیبی وارد نشود .

♦ در صورت مشاهده خونریزی از لثه و بینی، وجود مدفوع سیاه رنگ، خون در ادرار، خلط خونی به پزشک مراجعه نمایید.

♦ در زمان شیمی درمانی مصرف داروهایی مانند آسپرین، ایندومتاسین، مفنامیک اسید، بروفن، دیکلوفناک، پیروکسیکام با دستور پزشک معالج مصرف گردد.



مقدمه:

شیمی درمانی مانند همه درمانها دارای عوارضی است، بیماران و همراهان گرامی جهت کاهش بروز عوارض و یا کنترل آن لازمست به نکات زیر توجه نمایند.

برای کنترل عوارض:

♦ بهتر است اولین مواد غذایی که بعد از شیمی درمانی استفاده می کنید، مایعات باشد.

♦ سعی کنید در طول روز غذای ملایم و سبک میل نمایید.

♦ دفعات صرف غذا در شبانه روز کمتر از سه نوبت نباشد ولی با حجم کم و در بین وعده های غذا می توانید میوه استفاده نمائید.

♦ از غذاهای داغ، ترش، پرادویه و چرب کمتر استفاده شود.

♦ غذا را آهسته صرف کرده و کاملاً آن را بجوید.

♦ برای پیشگیری از بی اشتهایی از بوهای نامطبوع دوری کنید و غذا را در محیطی آرام صرف کنید.

♦ استراحت و خواب مناسب و کافی، تمرین و فعالیت بدنی،

تغییر ذهنیت بوسیله مطالعه، دیدن تلویزیون، صحبت های خودمانی و داشته باشید.

♦ سعی کنید قبل و بعد از مصرف غذا دهان خود را با محلول آب نمک رقیق یا محلول جوش شیرین شستشو دهید. (نصف قاشق چایخوری در یک لیوان آب)

♦ در صورت بروز ضایعات و زخم های دهان به پزشک اطلاع دهید.

♦ در صورت بروز زخمهای دهانی غذاهای نرم و مایعات صاف شده، سوپ و ماست شیرین مصرف گردد.

♦ برای صرف مایعات می توانید از نی استفاده نمایید.

♦ در صورت تشدید زخم ها و خونریزی به اورژانس یا پزشک معالج مراجعه کنید.

♦ تقریباً به مدت ۲ ساعت بعد از شیمی درمانی به صورت خوابیده و نیمه نشسته استراحت کنید .



♦ جهت رفع خشکی دهان و تحریک ترشح بزاق در دهان می توانید از آب نبات، دوغ، ماست شیرین، آدامس استفاده کنید

♦ لبها را به طور دائم چرب کنید.

♦ بعد از اتمام هر جلسه شیمی درمانی مایعات فراوان میل کنید تا با دفع ادراری زیاد عوارض داروها کاهش یابد.

♦ مثانه را به موقع و زود تخلیه کنید و از نگه داشتن ادرار به مدت طولانی پرهیز نمائید..

♦ در مکان های شلوغ و جاهایی که افراد با بیمار ی های عفونی و افراد واکسینه شده هستند، حضور پیدا نکنید.

♦ در صورت استعمال دخانیات آن را ترک کنید و درکنار فردی که در حال سیگار کشیدن است قرار نگیرید.

