دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی
مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی رازی

فرم شماره 2– آموزش به بیمار وخانواده

مراقبت های پس از ترخیص

تعویض پلاسمای خون (پلاسما فریز)

شماره پرونده:	

نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس : مرد ☐ زن ☐	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 زمان انجام پلاسمافرز میزان آهن خون و اومگا 3 و پروتئین خون خود را با مواد غذایی حاوی این مواد جبران کنید، تخم مرغ، شیر، لبنیات، گوشت، آب گوشت، کباب مرغ، سوپ مرغ، ماهی فراوان، میوه جات مانند موز و پرتقال و هلو و شلیل و انگور و خربزه و ... باعث می شود تا قدرت بدن بالا رفته و تحمل انجام پلاسمافرز افزایش یابد. مواد غذایی حاوی آهن عبارتند از: انواع گوشتها (مخصوصا بوقلمون)، جگر، عدس، زرده تخم مرغ، اسفناج، کشمش و آلوی خشک
- بهتر است همزمان با مصرف مواد آهن دار، میوه ها و سبزیجاتی که ویتامین سی دارند (مانند: پرتقال، لیمو شیرین، سبزی خوردن، گوجه فرنگی، فلفل دلمه‌ای و نارنگی) و موادی که کلسیم دارند بیشتر مصرف شود تا جذب آهن بیشتر شود.
- خوردن چای بعد غذا جزو عادات غلط است زیرا باعث می‌شود جذب آهن کمتر شود. از خوردن الکل و مواد کافئین دار مانند چای، قهوه خودداری کنید.
- انجام فعالیت در زمان بعد از انجام پلاسمافرز مانعی ندارد و با توجه به شرایط جسمی خود می‌توانید ورزش کنید.
- از انجام پلاسمافرز و جایگزینی پلاسمای مصنوعی ترسی نداشته باشید.
- در صورتی که لوله رگ مرکزی در گردن شما ثابت شده باشد از تکان شدید گردن به علت خارج شدن آن خودداری کنید.
- محل قرار گرفتن لوله های داخل رگ ها را از نظر خونریزی کنترل کنید.
- 2 تا 3 جلسه پس از انجام پلاسمافرز آزمایش انعقادی به صورت روزانه و یا قبل از هر جلسه طبق دستور پزشک انجام خواهد گرفت.
- در صورتی که پزشک به شما پیشنهاد انجام پلاسمافرز را می دهد، حتما آن را انجام دهید.
- جلسات پلاسمافرز را در زمان مقرر و تعیین شده انجام دهید و آن به تاخیر نیندازید.

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید

- خارج شدن لوله رگ مرکزی در گردن
- خونریزی و نشست خون از لوله
- خونریزی از بینی و اندام های بدن
- سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی رازی
واحد آموزش سلامت