



التهاب مثانه (سیستیت)

شماره پرونده:

نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: ☐ زن ☐ مرد	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 دوران درمان بخصوص اگر تحت شیمی درمانی یا پرتودرمانی هستید، به میزان زیاد مایعات مخصوصا آب بنوشید.
 - تا زمانی که عفونت برطرف نشده است از مصرف قهوه، الکل، نوشابه های کافئین دار، آب مرکبات و غذاهای پرادویه پرهیز کنید.
 - قرار دادن یک پد حرارتی بر روی قسمت تحتانی شکم می تواند سبب تسکین و احتمالا به حداقل رساندن دردها و فشارهای مثانه شود.
 - روزانه به مدت 10 الی 15 دقیقه در تشتی از آب گرم بنشینید تا دردتان کاهش پیدا کند.
 - در صورتی که نیاز به ادرار کردن دارید، رفتن به توالت را به تأخیر نیندازید.
 - پس از دفع مدفوع، ناحیه ی مقعدی خود را با کشیدن دست از جلو به عقب تمیز کنید.
 - به جای استحمام در وان، از دوش استفاده کنید.
 - پوست اطراف مقعد و ناحیه تناسلی را به آرامی، هر روز و با شوینده های غیرصابونی شستشو دهید.
 - پس از اتمام رابطه ی جنسی، مثانه خود را خالی کنید.
 - از اسپری های خوش بو کننده در ناحیه تناسلی استفاده نکنید.
 - از استعمال سیگار و سایر دخانیات اجتناب کنید.
 - لباس های گشادی بپوشید که به مثانه فشار وارد نمی کنند.
 - در صورت تجویز دارو توسط پزشک، داروهای خود را به طور منظم و دقیق مصرف کنید.
 - جلسات ملاقات با پزشک و انجام معاینات لازم را پیگیری کنید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- مشاهده خون یا چرک در ادرار
 - درد پهلوی
 - بروز علائم عفونت مانند تب، لرز یا بدن درد
 - درد کشاله ران یا شکم
 - عدم بهبود علائم بیماری و یا عود علائم
 - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی