**结节性甲状腺肿出院健康处方**

|  |
| --- |
| **结节性甲状腺肿出院健康处方** |
| **处方内容** |
| **医疗** | 1、出院后用药：出院后继续口服药物治疗。用药时应遵嘱或药品说明书按时用药，不能自行停药或减量，同时要密切关注病情变化及用药后反应，如有异常反应及时到医院就诊。2、定期门诊复查：出院后按预约的复诊时间和地点门诊复诊，出院后然后每3-4天到外科门诊换药一次直至伤口愈合，如出现伤口红肿、明显胀痛、有脓性分泌物等情况，及时与手术组医生联系。3、如出院后有手足麻木及抽搐、发热、咳嗽咳痰、咽喉疼痛、吞咽不适、饮水呛咳、呼吸困难等情况，及时与手术组医生联系。34、出院后4周需抽血化验：甲状腺功能（含T3、T4、TSH）、血钙、甲状旁腺素（PTH），血结果及时告知医生以便于调整术后药物用量。 |
| **护理** | 1、注意休息,劳逸结合。合理安排工作和休息时间，适当运动，如太极拳、散步等，建立良好的生活规律，积极向上的心情有利于疾病的康复。2、保持伤口干燥、清洁， 如有污染，及时到医院更换敷料。若出现红、肿、热、痛或异常分泌物要随时就医。3、如有出院带药，要按时服用。4、预防上呼吸道感染，避免剧烈咳嗽，禁止猛烈转头。5、正确认识疾病，坚持遵医嘱按时按量服药，定期到医院复查调整药物剂量，不可自行减量或停药。如有不适，及时就医。 |
| **康复** | 拔除引流管后在不影响颈部伤口的情况下，可做颈部小幅度活动，也可用手按摩松弛颈部，防止颈部肌肉疲劳；伤口愈合后，可做“米”字型点头、仰头、伸展及左右旋转运动。 |
| **营养** | 1、出院后可食用软烂、易吞咽的半流食和软食，符合平衡膳食原则。如面条、面片、馄饨、水饺、菜肉粥、碎菜、肉末、鱼虾、鸡蛋、牛奶、豆制品、坚果碎、水果等。2、应增加摄入含钙丰富的，如喝牛奶或者酸奶（大约每日500ml），以及适量的虾皮、豆腐、坚果等。必要时服用复合维生素D的钙片。3、建议当体重明显变化时，到营养门诊就诊。 |