



مجتمع درمانگاهی امام رضا (ع)

و شهید مطهری

عوارض شیمی درمانی ۲

تهیه کنندگان : خانم فاطمه روستا

کارشناس پرستاری

با نظارت : آقای دکتر رضا وجدانی فوق

تخصص خون و آنکولوژی

واحد آموزش ضمن خدمت

پاییز ۱۴۰۲

توصیه هایی برای پیشگیری و کنترل

اسهال:

از مواد غذایی کم فیبر استفاده کنید مقدار زیادی

مایعات بنوشید. ابگوشت و سوپهای حاوی نمک و

ابمیوه های رقیق شده، انتخاب های مناسبی

هستند، در زمانی که به اسهال شدید مبتلا هستید

باید از پودر (ORS) طبق دستور پزشک برای

پیشگیری از کم آبی بدن استفاده کنید.

توصیه هایی برای پیشگیری و کنترل زخم

دهان:

فضای داخل دهان خود را همواره تمیز نگه دارید؛

مرتب مسواک بزنید و به بهداشت دهان

خود اهمیت دهید بیشتر از غذاهای سرد استفاده

کنید؛ چون این غذاها در اغلب اوقات به راحتی

تحمل می شوند. از مصرف غذاهایی که بافت

سخت دارند خودداری کنید.

توصیه هایی برای پیشگیری و کنترل

خستگی:

از غذاها و میان وعده های کم حجم و پرکالری

مانند انواع مغز دانه ها به دفعات مکرر استفاده کنید

از غذاها و میان وعده های پرپروتئین در طی

روز استفاده کنید.



توصیه هایی برای پیشگیری و کنترل اشکال

در بلع غذاها :

از مایعات همراه با غذا استفاده کنید تا راحت تر جویده و بلعیده شوند بیشتر از غذاهای نرم و آبکی استفاده کنید.

توصیه هایی برای پیشگیری و کنترل سیری

زودرس:

از مصرف غذاهای پرچرب و یا روغنی پرهیز کنید. زیرا این غذاها به زمان زیادی برای هضم و جذب نیاز دارند از مصرف مقدار زیاد مایعات در یک وعده خودداری کنید.

نکته :

بوی غذا ممکن است شما را دچار حالت تهوع کند و یا اشتهای خود را از دست بدهید بهتر است فرد دیگری غذا را آماده کند اگر عزیزتان به اندازه کافی غذا نمی خورد و اشتها ندارد زیاد اصرار نکنید.

باید از مصرف مواد غذایی زیر در رژیم

غذایی بیمار اجتناب کرد:

غذاهای ترش و اسیدی و شور و آب میوه ها و سبزیجات همچون گوجه فرنگی، گریب فروت، لیموترش، یرتقال که می تواند سبب سوزش سردل شود.

غذاها ی تند ، داغ یا دارای بافت خشن و زبر

مانند نان سوخاری، کراکر خشک و چیپس ، سیب زمینی، مشروبات الکلی و دخانیات که سبب تحریک مخاط دهان می شوند. هر دارویی که حاوی الکل باشد مانند شربت های ضد سرفه یا دهان شویه های حاوی الکل کافی غذا نمی خورد سعی کنید زیاد اصرار نکنید.

منابع :

AMERICAN CANCER SOCIETY

CHEMOTHERAPY FOR YOU

TAghzie.ir