|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **膀胱癌出院健康处方** | | |
| **处方内容** | | **咨询电话** |
| **医疗** | 1、注意休息，加强营养，避免感染；  2、观察排尿情况，需警惕出血、尿路梗阻等，如有颜色发红、尿量减少及时泌尿外科就诊；  3、每周监测血常规、肝肾功1-2次，如有白细胞降低、贫血、血小板减低，以及肝肾功能损伤等及时就医；  4、应用免疫治疗的患者还需应定期监测甲功、心肌酶、淀粉酶等化验，注意有无腹泻、皮疹、乏力、呼吸困难等，警惕免疫相关不良反应，包括甲状腺功能减低、免疫相关性结肠炎、肺炎、肝损伤等；  5、注意记录上述不良反应情况，其他还包括消化道反应（恶心、呕吐、纳差），脱发，体重下降等，下个疗程时反馈给医生，便于调整治疗药物的剂量；  6、根据肿瘤分期不同进行不同方案的定期随访，以评价治疗效果和肿瘤控制情况，常规检查包括胸腹盆CT，必要时加做骨扫描、头MRI等； |  |
| **护理** | 1、心理护理:增强患者对疾病的信心,消除焦虑恐惧心理；  2、排尿观察：注意每日的尿量、颜色、性质；  3、注意自我保护,规律生活，适当体育锻炼,不宜剧烈,劳逸结合。  4、按医生要求定时到门诊进行复查。 |  |
| **康复** | 1、根据患者的实际恢复情况初步制定家庭锻炼计划，运动量以不感到疲劳为度。  2、克服不良生活习惯,戒烟戒酒。按时起居,防止过劳。  3、对症止痛等支持治疗；  4、必要时寻求心理医生帮助。 |  |
| **营养** | 1、肿瘤患者的饮食要求与一般健康人饮食原则一致，做到食物多样化、饮食清淡化、营养均衡化，以提高机体抵抗力及对治疗的耐受力。  2、避免高盐、高糖、高脂饮食，选择适量的优质蛋白。  3、如患者出现消化道不良反应，影响患者食欲或进食有障碍时，建议加用肠内营养制剂支持，必要时进行肠外营养支持，具体方案可咨询医生。 |  |