



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قم



مرکز آموزشی درمانی ایزدی

برنامه مراقبتی بیمار بعد از ترخیص

نام: نام خانوادگی: نام پدر: شماره پرونده: بخش: تاریخ بستری: تاریخ ترخیص: نام پزشک معالج:

نمونه مصرف داروهای تجویز شده: داروهای مسکن و آنتی بیوتیک ها و قرص آهن طبق دستور پزشک مصرف شود .

آنتی بیوتیک ها سر ساعت مصرف شود .

بدون مشورت با پزشک دوز داروها زیاد یا کم نشود .

در صورت یبوست باید به پزشک مراجعه کند .

تغذیه: از خوردن غذاهایی که باعث نفخ شکم می شود (نخود،لوبیا ،قورمه سبزی ،آش رشته) و سبزیجات نفاخ (تره، تربچه، پرتقال تامسون) خودداری کنند و با هر وعده غذایی روغن زیتون مصرف کنند .

از مصرف بی رویه آب میوه های صنعتی خودداری کنند .

شیر را ۴ روز بعد از زایمان می تواند مصرف کند و مصرف کافی مایعات داشته باشد .

مراقبت‌های بعداز ترخیص: روز دوم بعد از عمل پانسمان‌ها برداشته شود. استحمام روزانه از روز سوم بعد از عمل انجام گیرد ولی داخل حمام ننشیند و باید حمام ایستاده باشد و محل بخیه‌ها با آب و صابون بچه هر روز شستشو داده شده و سپس اجازه داده محل بخیه‌ها در مجاورت هوا خشک شود در صورت امکان می‌توانید از سشوار برای خشک کردن بخیه‌ها استفاده کنید. با توجه به بی‌حسی محل عمل، سشوار از دور گرفته شود تا باعث سوختگی پوست نشود. محل بخیه‌ها به هیچ وجه نباید عرق کند چون باعث عفونت می‌شود.

از پستان به نوزاد شیر دهد و در صورتی که میزان تولید شیر بیش از مصرف نوزاد است شیر دوشیده شود تا سینه‌ها تخلیه شوند البته نباید شیرداخل سینه‌ها باقی بماند چون باعث تب بعد از زایمان و درد می‌شود و شیردهی در شب نیز باید ادامه داشته باشد.

موارد پیگیری: در صورت هرگونه تب و دردبیش از حد که به مسکن پاسخ نمی‌دهد یا استفراغ، سردرد و ترشح از محل بخیه‌ها و یا هرگونه مشکل به پزشک مراجعه کند. **فعالیت روزانه:** استراحت کافی داشته باشد ولی می‌تواند کارهای شخصی را به خوبی انجام دهد.

ورزش: ورزش‌های پس از زایمان طبق پروشور داده شده انجام گیرد.

مسافرت: ترجیحاً بعد از کشیدن بخیه‌ها انجام شود.

فعالیت جنسی: تا ۶ هفته بعد از زایمان از نزدیکی پرهیز نماید.

مراجعه بعدی: روز هشتم تا دهم بعد از عمل به پزشک خود جهت ویزیت و کشیدن بخیه‌ها مراجعه کند و هنگام مراجعه به پزشک درجه حرارت به همراه داشته باشد.

جواب آزمایشات

خلاصه پرونده

جواب سونوگرافی

مدارک تحویلی به بیمار: