



فرم آموزش حین ترخیص

لاپاراسکوپی

کد پمفلت: PE - FO - 010

تاریخ تدوین: ۱۴۰۴/۱۲/۱۸

نام خانوادگی :	نام :	بخش :	شماره تماس بخش:
نام پدر :	تاریخ تولد :		۰۳۸۳۱۱۰
آموزش زمان ترخیص توسط پزشک و پرستار			
آموزش دارو	نام دارو	میزان و مدت زمان مصرف	
		صبح	ظهر
		شب	
تغذیه	- جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر مانند میوهها و سبزیجات و مایعات فراوان استفاده کنید. مصرف غذاهای سبک و کم چرب و مایعات زیاد و غذاهایی که هضم راحت تری دارند، به بدن کمک می کنند تا سریع تر بهبود یابد و از مشکلاتی مانند یبوست و نفخ شکم جلوگیری شود و بهتر است به مدت ۴۸ ساعت از نوشیدن نوشابه های گازدار خودداری کنید		
مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل	- مدت یک هفته از ورزش کردن و بلند کردن اجسام سنگین تر از ۱۰ کیلوگرم اجتناب کنید. می توانید در عرض ۲ یا ۳ روز پس از عمل فعالیت های عادی خود را از سر بگیرید . در روز جراحی و ۴۸ ساعت پس از جراحی لاپاراسکوپی، به هیچ عنوان رانندگی نکنید برای ادامه ورزش های سنگین باید حداقل برای ۴ تا ۶ هفته پس از جراحی صبر کنید. اما پیاده روی سبک می تواند به بهبود گردش خون و پیشگیری از لخته شدن خون کمک کند. از انجام حرکات کششی یا تمریناتی که فشار زیادی به ناحیه شکم وارد می آورد، خودداری کنید - ناحیه بخیه باید خشک و تمیز نگه داشته شود در صورتی که خونریزی یا علائم عفونت مشاهده کردید، باید به پزشک مراجعه کنید. - برای رفتن به حمام و دوش گرفتن بعد از لاپاراسکوپی بهتر است تا ۴۸ ساعت صبر کنید. از رفتن به استخر، سونا و حمام های عمومی (محیط پر از باکتری) حداقل تا زمانی که پزشک اجازه دهد، خودداری کنید. - کمی خونریزی یا لکه بینی بعد از لاپاراسکوپی رحم تا چند روز پس از جراحی (۷ الی ۱۰ روز) طبیعی است اما در صورت خونریزی شدید یا مشاهده لخته های خون بزرگ ویا ترشحات بدبو می بایست به پزشک مراجعه نمود		



- بعد از عمل لاپاراسکوپی رحم معمولاً توصیه می شود که تا ۴ تا ۶ هفته از انجام فعالیت جنسی خودداری کنید. - در دو روز اول پس از جراحی، داروهای مسکن نیز برای شما تجویز میشود. از طرفی ممکن است به علت استفاده از دی اکسیدکربن حین عمل برای باز کردن شکم، در ناحیه شانه ها و قفسه سینه درد داشته باشید. این درد طی چند روز خود به خود ناپدید خواهد شد راهکارهایی نظیر پیاده روی، قراردادن حوله گرم یا کیسه آب گرم روی شکم، مصرف نوشیدنی های گرم، جویدن آدامس، مصرف داروهای مؤثر در دفع گازهای اضافی بدن (طبق نظر پزشک) و نیز پرهیز از نوشیدن مایعات با نی و عدم مصرف نوشیدنی های گازدار، می توان ورم و نفخ شکم بعد از لاپاراسکوپی را کنترل کرد و بهبود بخشید - ممکن است به علت استفاده از لوله راه هوایی در ناحیه نای و طی بیهوشی، گلو درد داشته باشید. مصرف آب نبات و یا قرص های گلو میتواند به کاهش درد کمک کند. - از مصرف الکل و دخانیات خودداری کنید. - پس از آماده شدن جواب پاتولوژی ، با در دست داشتن جواب آزمایش به پزشک معالج مراجعه نمایید. - بطور منظم داروهای آنتی بیوتیک جهت جلوگیری از ایجاد عفونت مصرف کنید	مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل
- در صورت مشاهده موارد زیر سریعاً به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید: - تب بیش از ۳۸ درجه سانتی گراد - وجود قرمزی، درد و تورم اطراف ناحیه برش جراحی - احساس درد در ناحیه شکم که بدتر شده و با مسکن نیز تسکین نیافته - بی اشتها - یبوست - تب و افزایش حرارت بدن - خونریزی و خروج مایع در قسمت برش جراحی - ترشحات زیاد و طولانی مدت از واژن	پیگیری های پس از ترخیص و مکان و زمان مراجعه به پزشک
برای پیگیری جواب آزمایشات و یا نتایج پاراکلینیک در زمان مقرر به واحد آزمایشگاه و یا پاتولوژی مراجعه نمایید	اعلام نتایج تست های پاراکلینیک بیمار

جهت دسترسی به همه مطالب آموزشی در سایت بیمارستان ، QR code روبرو را اسکن نمایید

