



فرم آموزش حین ترخیص

هیستریکتومی واژینال

کد پمفلت: PE - FO - 080

تاریخ تدوین: ۱۴۰۴/۰۲/۱۸

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	- بهتر است از رژیم غذایی سرشار از پروتئین، ویتامین و پرفیبر (سبزیجات، میوه و...) استفاده کنید. - از خوردن غذاهایی که باعث ایجاد یبوست میشود جداً خودداری کنید.		
مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل	- پیاده روی از فردای عمل باید شروع شود و در دو هفته اول باید استراحت داشته و از بلند کردن اجسام سنگین بیشتر از ۴ تا ۵ کیلوگرم خودداری کنید اما بعد از آن میتوانید کم کم کارهای سبک را انجام دهید. تا 3 ماه بعد از عمل باید کماکان از انجام فعالیتهای سنگین خودداری نمایید - از 2 هفته پس از جراحی میتوانید رانندگی کنید. - تا شش هفته فعالیت جنسی نداشته باشید و قبل از شروع فعالیت جنسی باید توسط پزشک خود مورد معاینه قرار گیرید. - خارج نمودن رحم اصولاً نباید تاثیری در کیفیت زندگی و فعالیت جنسی زنان داشته باشد و در صورت هرگونه نگرانی و یا مشکلی حتماً باید با پزشک معالج خود مشورت کنید. - از روز دوم بعد از عمل میتوانید دوش (ایستاده) بگیرید. روزی چند مرتبه دستگاه تناسلی خود را با شامپوی بچه شستشو دهید. - جهت رفع احتباس ادراری از کیف آب گرم، ریختن آب روی ناحیه تناسلی و نشستن روی توالت استفاده کنید. - از جورابهای کشی و حرکات نرمشی مانند حرکت دورانی مچ پا جهت جلوگیری از تشکیل لخته استفاده کنید. - از خوابیدن طولانی مدت، نشستن طولانی مدت روی مبل یا صندلی و روی هم انداختن پاها خودداری کنید. - در صورت برداشته شدن هر دو تخمدان، بعد از عمل علائم یائسگی مانند گرگرفتگی و تعریق و ... مشاهده میشود که با مراجعه به پزشک و تجویز دارو بهبود پیدا خواهید کرد.		



- لباس زیر را روزانه تعویض کنید و از لباسهای زیر نخی استفاده کنید و از پوشیدن لباسهای حاوی الیاف مصنوعی و جوراب شلوارهای تنگ و پلاستیکی خودداری کنید. - لباس زیر همیشه باید خشک باشد و از مرطوب شدن آن پرهیز کنید. - در صورت تجویز آنتی بیوتیک، آن را طبق دستور پزشک در فواصل معین و یک دوره کامل مصرف کنید. - مصرف مسکن را طبق تجویز پزشک مصرف کنید. - ۷-۱۰ روز بعد از عمل به پزشک معالج یا درمانگاه، مراجعه کنید.	مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل
- در صورت مشاهده موارد زیر سریعاً به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید: - تب - درد شکم - عدم دفع گاز و مدفوع و اتساع شکم - تهوع و استفراغ طول کشیده - خونریزی - طپش قلب و افت شدید فشار خون - اسهال - ترشحات بد بو از محل زخم یا واژن - درد پهلوها - بعد از دریافت جواب پاتولوژی حتماً باید به پزشک معالج مراجعه کنید.	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 تستهای پاراکلینیک بیمار
جهت دسترسی به همه مطالب آموزشی در سایت بیمارستان ، QR code روبرو را اسکن نمایید	

