

فرم شماره ۲- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

آدنومیوز

			شماره پرونده:
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: ☐ زن ☐ مرد	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:
بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:			
مراقبت در منزل: - بهتر است از رژیم غذایی سرشار از پروتئین (مانند گوشت، ماهی، تخم مرغ و ... و ویتامین و پرفیبر (مانند سبزیجات، میوه و ...) استفاده کنید. - جهت جلوگیری از یبوست از مواد غذایی پرفیبر مانند میوه و سبزیجات و مایعات فراوان مصرف کنید. - به میزان کافی استراحت کنید. - از استعمال سیگار و سایر دخانیات اجتناب کنید - از مصرف مشروبات الکلی اجتناب کنید. - از انجام فعالیت های شدید و بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید. - در ارتباط با انجام فعالیت های جنسی با پزشک خود مشورت کنید. - جهت کاهش درد لگن و گرفتگی مربوط به آدنومیوز در تشت آب گرم بنشینید. - چندین بار در روز روی شکمتان حوله گرم بگذارید - از داروهای ضد التهاب تجویز شده توسط پزشک مانند ایبوپروفن استفاده کنید. - بدون اطلاع پزشک از مصرف دارو خودداری کنید. - جلسات ملاقات و معاینه ی پزشک خود را پیگیری کنید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - خونریزی و گرفتگی شدید در هنگام قاعدگی - طولانی و وخیم شدن علائم - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی			