

خونریزی زیر سخت شامه

شماره پرونده:		
نام خانوادگی:	نام:	بخش:
		اتاق:
		تخت:
نام پدر:	تاریخ تولد:	تشخیص (علت بستری):
	جنس: ☐ زن ☐ مرد	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:		
- جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر (میوه ها و سبزیجات) حاوی سبوس و مایعات فراوان استفاده کنید. - از یک رژیم غذایی سالم و کم چرب پیروی کنید. - در صورت مصرف الکل یا نوشیدنی های کافئین دار، آن را از رژیم غذایی خود حذف نمایید. - از استرس، عصبانیت، فعالیت بدنی بیش از اندازه و انجام فعالیت های سنگین به خصوص در گرما اجتناب کنید. - از انجام ورزش های سنگین مانند: کوهنوردی، غواصی، وزنه برداری و ... اجتناب کنید. - پیاده روی منظم و انجام سایر انواع ورزش ها زیر نظر پزشک، در افزایش زمان بهبودی موثر است. - از انجام هرگونه ورزش های برخوردی حداقل به مدت 12 ماه بعد از عمل خودداری کنید تا مانع از ایجاد تورم در سر شود. - زمانی که هوشیاری کامل، کنترل ادراری و اجابت مزاج و بلع غذا را دوباره به دست آورید، ترخیص می شوید. - مصرف منظم داروها ضروری است. - ممکن است بعد از عمل جراحی نقایص عصبی پیدا کنید. اختلال تکلم، انحراف در صورت، ضعف در دست و پا و مشکلات بینایی، از عوارض احتمالی جراحی هستند که در صورت ایجاد عوارض نیاز به توانبخشی شامل فیزیوتراپی، کاردرمانی، گفتاردرمانی و دیگر اقدام های حمایتی به وسیله روان پزشک، مددکار اجتماعی و ... می باشد. - ممکن است احساس خستگی بیشتری کنید. این حالت عادی است و معمولاً در اواسط روز نیاز به استراحت کردن و خوابیدن دارید. این خستگی به تدریج و به مرور زمان از بین می رود. - بخیه ها یا گیره های زخم به طور کامل در مدت 7-14 روز اول بعد از جراحی برداشته می شوند. - برای مدتی طولانی قادر به تمرکز بر یک موضوع نخواهید بود. اگر شما در گذشته زیاد مطالعه می کردید، ممکن است در این وضعیت این کار برایتان دشوار باشد. این وضعیت به تدریج بهبود می یابد. - تا 2 هفته بعد از عمل، سردرد ها، فروکش می کنند اما در برخی شرایط، ممکن است تا چندین ماه نیز ادامه یابند. اگر بعد از دراز کشیدن که می خواهید از جا برخیزید به سرعت سرتان را بالا بیاورید، نه تنها ممکن است مبتلا به سردرد شوید، بلکه دچار سرگیجه هم می شوید. با قرار دادن سر خود بین زانوهایتان، فشار در سر افزایش یافته و همین امر موجب افزایش درد می شود. - از رفتن به ساحل بپرهیزید و اگر به استخر می روید باید عمق آب به قدری کم باشد که فردی که همراه شماست بتواند سرتان را در زمان تشنج، بالای آب نگه دارد. به تنهایی شنا نکنید. - می توانید 2 روز بعد از کشیدن بخیه ها، موهایتان را بشویید. - می توانید 4 هفته بعد از عمل، موهایتان را رنگ کنید. - تا زمانی که جراح اعصاب به شما اجازه نداده است نباید رانندگی کنید. - معمولاً 2-4 هفته بعد از عمل با اجازه پزشک می توانید رانندگی کنید. - در هنگام شب رانندگی نکنید. در مسافت های کوتاه رانندگی کنید بهتر است همواره در حین رانندگی کسی در کنار شما باشد. - در ساعات شلوغ و اوج ترافیک رانندگی نکنید. در مسیرهای آشنا حرکت کنید. - معمولاً لازم است که حداقل 6 هفته به طور کامل از کار خود دور بمانید. بعد از این مدت، می توانید در ساعات کاری محدود و با انجام وظایف سبک به محل کار خود بازگردید.		

مراقبت های پس از ترخیص

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید

- افزایش قرمزی، ترشح، افزایش مایع و تورم، نشت مایع در محل عمل
- خواب آلودگی و کسالت
- گیجی، افتادن
- درد در ناحیه قفسه سینه یا مشکل در تنفس
- حمله صرع یا تشنج
- حساسیت پوستی
- تب بالا و تعرق و گرفتگی عضلات گردن/ بی قراری
- افزایش شدت سردرد
- ضعف و ناتوانی
- مشکل در تکلم
- اختلال در دید
- حالت تهوع و استفراغ
- احساس درد یا تورم در پا و ماهیچه ساق پا