

فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

در رفتگی لگن

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:		
- مصرف سبزیجات و مرکبات و آب میوه های تازه حاوی ویتامین سی، می تواند به بهبود سریع تر زخم، رفع یبوست و بهبود اشتها کمک کند. - مایعات کافی مصرف کرده و هر 3 ساعت یکبار ادرار کنید تا از عفونت ادراری جلوگیری شود. - حرکت مفصل ران را تحت نظر پزشک معالج و فیزیوتراپ شروع کنید و گرنه دچار محدودیت حرکت ران می شوید با نظر پزشک. هرچه زودتر حرکت و نرمش پای مبتلا را برای تقویت عضلات ران انجام دهید. - تا جای ممکن به ران خود استراحت دهید و از انجام فعالیت هایی که باعث فشار به ران و لگن می شوند، اجتناب کنید. - به منظور کاهش درد و تورم می توانید کیسه یخ روی مفصل آسیب دیده قرار دهید. - جهت پیشگیری از زخم فشاری هر دو ساعت تغییر وضعیت داده (از تشک مواج استفاده کنید) و هرچه سریع تر با استفاده از وسایل کمکی مانند عصا، واکر و ... از تخت خارج شوید. - در هنگام استراحت از خوابیدن به سمت ران آسیب دیده اجتناب کنید و تا حد ممکن مفصل خود را صاف نگه دارید. - از مصرف سیگار و الکل خودداری کنید. - از توالف فرنگی که برای قرار گرفتن دست جا داشته باشد استفاده کنید. - داروهای تجویز شده از طرف پزشک معالج (آنتی بیوتیک ها ضد دردها، ضد التهاب و ...) را باید در فاصله زمانی معین و دوره کامل مصرف کنید. - از قطع دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید. - جلسات معاینه و ملاقات با پزشک را دنبال کنید.		
در صورت مشاهده علائم زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید		
- درد شدید که با مسکن و روش های آرام سازی بهبود پیدا نکند، خونریزی محل عمل، خشکی و محدودیت حرکت ران، ترشح چرکی محل عمل، تب بالا - سوزش و درد در هنگام ادرار کردن - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی		