

فرم شماره ۲- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

سقط فراموش شده

شماره پرونده:		
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:
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: - در صورتی که گروه خون مادر منفی است بایستی پس از سقط جهت تزریق آمپول روگام با پزشک مشورت کرده و اقدام لازم انجام شود. - از روش های پیشگیری از بارداری بعد از سقط استفاده کنید. - از گذاشتن دوش واژینال و یا تامپون تا ۲ هفته پس از سقط حذر کنید. - شروع پریود بعدی پس از سقط ممکن است تا ۶ هفته طول بکشد اما شما ۲ هفته پس از سقط می توانید از روش های ضد بارداری نظیر قرص جلوگیری و یا IUD استفاده کنید. - آنتی بیوتیک ها را طبق دستور پزشک و در فواصل منظم استفاده کنید. از قطع دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید. - تا ۴۸ ساعت بعد از سقط فعالیت های خود را کم کنید و استراحت کنید. - از انجام ورزش های سنگین خودداری نمایید. - از برقراری رابطه جنسی تا ۲ هفته پس از سقط خودداری کنید. - از بلند کردن اجسام سنگین و ایستادن طولانی تا مدت ۶ هفته بعد از عمل خودداری کنید. - پس از سقط رژیم غذایی باید در جهت تقویت فرد تنظیم شود. از رژیم غذایی پر پروتئین مانند گوشت، مرغ و... و پر ویتامین استفاده کنید - از مصرف غذاهای نفاخ اجتناب کنید. - جهت جلوگیری از یبوست رژیم غذایی پرفیبر مانند میوه و سبزیجات و مایعات مصرف کنید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - وجود لکه بینی بدون درد در دوران بارداری - تب، لرز، خونریزی شدید و درد - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی		