

فرم شماره ۲- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

لیپوساکشن

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: - بیشتر از مایعات استفاده کنید به خصوص مایعات حاوی ویتامین سی زیرا به شما در افزایش سرعت بهبود کمک می کند. - مصرف انواع میوه ها و سبزیجات حاوی فیبر را در برنامه ی غذایی خود قرار دهید و مصرف نمک را به حداقل برسانید. - مصرف آناناس تازه برای تسریع در جذب کبودی و تورم پس از عمل بدلیل غنی بودن آن از ماده بروملین و ویتامین ث را در برنامه غذایی خود بگنجانید. - پس از عمل در حالتی که سرتان بالاتر از بدن قرار گرفته است استراحت کنید. - از انجام فعالیت های شدید، بلند کردن اجسام سنگین و ورزش هایی که به ناحیه ی درمان شده فشار وارد می کند، خودداری کنید. - از استعمال سیگار و انواع دخانیات و مصرف مشروبات الکلی خودداری کنید زیرا باعث کند شدن روند بهبودی خواهد شد. - به منظور جلوگیری از لخته شدن خون، با نظر پزشک پیاده روی آرام را در برنامه ی روزانه ی خود قرار دهید اما از انجام حرکاتی که باعث فشار به ناحیه ی عمل می شوند، خودداری کنید. - تا زمان اجازه ی پزشک از رانندگی کردن اجتناب کنید. - ممکن است از سوراخ های انجام ساکشن خروج مایع یا خون را بطور موقت تجربه کنید. اگر ترشحات خونین و پایدار باشد، با ید با پزشک تان تماس بگیرید - از قرارگیری در معرض نور مستقیم آفتاب برای حداقل ۶ ماه پرهیز کنید و در صورت لزوم از کرم های ضد آفتاب مناسب استفاده کنید. - زمان بازگشت به فعالیت های معمول خود را از پزشکتان بپرسید. - در صورت انجام لیپوساکشن در ناحیه ی شکم و پهلوها از خوابیدن روی این نواحی خودداری کنید. - تا دو روز بهتر است از استحمام خودداری کنید اما پس از آن می توانید با مشورت نظر پزشک محافظ را در آورده و حمام کنید سپس دوباره آن را بپوشید. - در زمان هایی که در رختخواب هستید، بارها و بارها مچ پای خود را (با حرکت انگشتان خودبه بالا و پایین) خم کنید واز خانواده خود بخواهید تا پشت ساق پایتان را ماساژ دهند. - در صورت تجویز دارو توسط پزشک، داروهایتان را به طور منظم و دقیق مصرف کنید. - از مصرف داروهایی مانند آسپرین بدون اطلاع پزشک خودداری کنید. - ملاقات های بعد از لیپوساکشن را با پزشک خود پیگیری کنید و به توصیه های وی عمل کنید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - بروز علائم عفونت مانند تب، ترشح مایع یا چرک و ... - درد غیر قابل کنترل - کبودی پیشرونده - بی حالی - تنگی نفس		