

شماره پرونده:		
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: ☐ زن ☐ مرد	پزشک معالج:
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:

- شما می‌توانید رژیم غذایی طبیعی خود را از سر بگیرید اما بهتر است در روزهای ابتدایی پس از جراحی از غذاهای نرم و کم چرب مانند برنج ساده، مرغ سوخاری، نان تست و ماست استفاده کنید.
- جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر میوه‌ها، سبزیجات و مایعات فراوان استفاده کنید.
- از مصرف مشروبات الکلی اجتناب کنید.
- در صورتی که پس از جراحی در اجابت مزاج دچار مشکل شده‌اید و یا یبوست دارید، با پزشک در مورد مصرف مکمل فیبر مشورت کنید.
- ممکن است پس از جراحی بیشتر احساس خواب آلودگی کنید، بنابراین سعی کنید وقتی احساس خستگی کردید استراحت کنید و در طول روز چرب بزنید. خواب کافی به بهبودی سریع‌تر شما کمک می‌کند.
- به منظور کاهش درد، تورم و خارش می‌توانید در روزهای ابتدایی پس از جراحی از کیسه یخ روی سر خود استفاده کنید. هر بار آن را به مدت 10 الی 20 دقیقه روی سر قرار دهید.
- در صورتی که محل جراحی با استفاده از بانداز و پانسمان پوشیده شده است، تا مدتی از خیس شدن محل و رسیدن آب به آن جلوگیری کنید.
- ناحیه جراحی را تمیز و خشک نگه دارید.
- هنگام استراحت صاف دراز نکشید و از یک بالش بلند یا یک حوله رول شده زیر بالش خود استفاده کنید.
- پس از دراز کشیدن و برای بلند شدن سر خود را به آرامی بالا بیاورید تا از سردرد یا سرگیجه جلوگیری شود.
- در صورت مصرف الکل یا نوشیدنی‌های کافئین دار مانند چای و قهوه، آن را از رژیم غذایی خود حذف کنید.
- سعی کنید هر روز کمی پیاده‌روی داشته باشید تا از ابتلا به عوارض بی‌حرکتی دور بمانید.
- ممکن است مدتی قادر به حرکت نباشید و نتوانید موقع راه رفتن تعادل خود را حفظ کنید و زمین بخورید. حتماً با کمک اطرافیان راه بروید و به تنهایی اقدام به راه رفتن نکنید.
- تا مدتی از انجام فعالیت‌های شدید و بلند کردن اجسام سنگین و یا انجام ورزش‌های تماسی اجتناب کنید.
- از استرس و فشار روانی، عصبانیت دوری کنید.
- از استعمال سیگار و سایر دخانیات و قرار گرفتن در معرض دود سیگار اجتناب کنید.
- احتمالاً حداقل 6 هفته قادر به رفتن به سر کار نخواهید بود، در این مورد با پزشک خود مشورت کنید.
- از چرخاندن بیش از حد سر خودداری کنید.
- در صورتی که در محیط پر از استرس و فشار روانی کار می‌کنید و امکان تغییر شغل وجود دارد آن را تغییر دهید.
- در صورتی که جراحی روی گفتار شما تأثیر گذاشته است، ممکن است پزشک توصیه کند با یک متخصص گفتار درمانی یا کاردرمانگر ملاقات کنید.
- داروهایی که پزشک تجویز کرده است را به طور منظم و سر وقت مصرف کنید. از قطع کردن دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید.
- در زمان مشخص شده توسط پزشک جهت پیگیری درمان مراجعه کنید.
- **در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- سردرد بسیار شدید و ناگهانی
- اختلال در تنفس
- بروز علائم سکتة مغزی مانند بی‌حسی ناگهانی، گزگز یا ضعف صورت، بازو یا پا به خصوص در یک طرف بدن
- تغییر در بینایی
- اختلال در صحبت کردن
- مشکلات تعادل و راه رفتن
- تشنج و تکان خوردن بدون اختیار بدن
- علائم عفونت محل جراحی مانند قرمزی، ترشح عفونی و بدبو، گرمی محل عمل و ...
- اگر پس از جراحی، هر کدام از علائم دوباره ایجاد شد

مراقبت های پس از ترخیص

- سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی