

فرم شماره ۲- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت‌های پس از ترخیص

هیسترکتومی واژینال

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 کنید:		
مراقبت در منزل: - بهتر است از رژیم غذایی سرشار از پروتئین، ویتامین و پرفیبر (سبزیجات، میوه و...) استفاده کنید. - از خوردن غذاهایی که باعث ایجاد یبوست می‌شود جداً خودداری کنید. - در دو هفته اول باید استراحت کامل داشته و از بلند کردن اجسام خودداری کنید اما بعد از آن می‌توانید کم کم کارهای سبک را انجام دهید. تا ۳ ماه بعد از عمل باید کماکان از انجام فعالیت‌های سنگین خودداری کنید. - از ۲ هفته پس از جراحی می‌توانید رانندگی کنید. - در حوالی هفته ششم نیز می‌توانید فعالیت‌های جنسی را آغاز کنید. قبل از شروع فعالیت جنسی باید توسط پزشک خود مورد معاینه قرار گیرید. - از روز دوم بعد از عمل می‌توانید دوش (ایستاده) بگیرید. روزی چند مرتبه دستگاه تناسلی خود را با شامپوی بچه شستشو دهید. - خارج نمودن رحم اصولاً نباید تاثیری در کیفیت زندگی و فعالیت جنسی زنان داشته باشد و در صورت هرگونه نگرانی و یا مشکلی حتماً باید با پزشک معالج خود مشورت کنید. - جهت رفع احتباس ادراری از کیف آب گرم، ریختن آب روی ناحیه تناسلی و نشستن روی توالت استفاده کنید. - از جوراب‌های کشی و حرکات نرمشی مانند حرکت دورانی مچ پا جهت جلوگیری از تشکیل لخته استفاده کنید. - از خوابیدن طولانی مدت، نشستن طولانی مدت روی مبل یا صندلی و روی هم انداختن پاها خودداری کنید. - در صورت برداشته شدن هر دو تخمدان، بعد از عمل علائم یائسگی مانند گرگرفتگی و تعریق و ... مشاهده می‌شود که با مراجعه به پزشک و تجویز دارو بهبود پیدا خواهید کرد. - لباس زیر را روزانه تعویض کنید و از لباس‌های زیر نخی استفاده کنید و از پوشیدن لباس‌های حاوی الیاف مصنوعی و جوراب شلواری تنگ و پلاستیکی خودداری کنید. - لباس زیر همیشه باید خشک باشد و از مرطوب شدن آن پرهیز کنید. - در صورت تجویز آنتی بیوتیک، آن را طبق دستور پزشک در فواصل معین و یک دوره کامل مصرف کنید. - مصرف مسکن را طبق تجویز پزشک مصرف کنید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - ۷-۱۰ روز بعد از عمل به پزشک معالج یا درمانگاه، مراجعه کنید. - بعد از دریافت جواب پاتولوژی حتماً باید به پزشک معالج مراجعه کنید. - در صورت وجود هر کدام از علائم مانند تب، درد شکم، عدم دفع گاز و مدفوع، تهوع و استفراغ طول کشیده، خونریزی، طپش قلب و افت شدید فشار خون، اسهال، ترشحات بد بو از محل زخم یا واژن، درد پهلوها، وجود خون در ادرار، کاهش حجم ادرار و هرگونه درد شکم شدید به پزشک معالج و مراکز درمانی مراجعه کنید. - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی		