



شماره پرونده:		
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> مرد	تشخیص (علت بستری):
پزشک معالج:		
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:		
<ul style="list-style-type: none"> - 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 بانداژ و پانسمان پوشیده شده است، تا مدتی از خیس شدن محل و رسیدن آب به آن جلوگیری کنید. - ناحیه‌ی 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. <p>در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 		



دانشگاه علوم پزشکی، زنگنه شیراز

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی رازی
تفایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی

فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت‌های پس از ترخیص



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی رازی

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی رازی

واحد آموزش سلامت