



ترمیم و تعویض دریچه سه لتی

		شماره پرونده:	
نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج:
		اتاق:	
		تخت:	
نام پدر:	تاریخ تولد:	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:
	جنس: <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> مرد		
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:			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- با نظر کارشناس تغذیه و پزشک معالج، از رژیم غذایی سالم کم چرب دارای غلات کامل و مقدار کافی میوه و سبزیجات استفاده کنید.</li> <li>- از مصرف چربی‌های اشباع و ترانس و نمک و قند اضافی خودداری کنید.</li> <li>- از مصرف مواد غذایی سرخ شده، فرآوری شده و کنسروی اجتناب کنید.</li> <li>- به میزان کافی آب بنوشید.</li> <li>- از مصرف نوشیدنی‌های الکلی اجتناب کنید.</li> <li>- مصرف نوشیدنی‌های حاوی کافئین مانند قهوه، چای، نوشابه و ... را محدود کنید.</li> <li>- در طول روز به میزان کافی استراحت بکنید.</li> <li>- تا مدتی از رانندگی کردن اجتناب کنید.</li> <li>- از زور زدن و فشار آوردن به هنگام اجابت مزاج اجتناب کنید.</li> <li>- برای بازگشت به فعالیت‌های روزمره خود، با پزشک معالج مشورت کنید.</li> <li>- عادت‌های بد مانند سیگار کشیدن را ترک کنید.</li> <li>- با هدف حفظ وزن سالم اگر دچار اضافه وزن یا چاقی هستید بهتر است وزن اضافی خود را کاهش دهید.</li> <li>- از نشستن و یا ایستادن به مدت طولانی اجتناب کنید.</li> <li>- در صورت توصیه پزشک، جوراب‌های مخصوصی که به منظور جلوگیری از لخته شدن خون و کاهش تورم در پاها کاربرد دارند را بپوشید.</li> <li>- از هل دادن یا کشیدن اجسام سنگین خودداری کنید.</li> <li>- با نظر پزشک به صورت روزانه فعالیت‌های بدنی سبک مانند پیاده‌روی داشته باشید و وزن خود را در محدوده‌ی سالم حفظ کنید.</li> <li>- بانداژ محل جراحی را خشک و تمیز نگه دارید و به طور روزانه تعویض نمایید.</li> <li>- پیش از تعویض بانداژ دستان خود را با آب و صابون بشوئید یا با محلول‌های ضدعفونی کننده، ضدعفونی کنید.</li> <li>- از دست زدن یا خاراندن بخیه‌ها خودداری کنید.</li> <li>- محل جراحی را از لحاظ وجود قرمزی، تورم یا درد، وجود مایع، خون یا چرک و بوی بد بررسی کنید.</li> <li>- در مورد استحمام با پزشک خود مشورت کنید.</li> <li>- تا زمان اجازه‌ی پزشک، از مسافرت با هواپیما خودداری کنید.</li> <li>- استرس و اضطراب خود را با انجام فعالیت‌هایی مانند مدیتیشن، مطالعه، موسیقی و حضور در جمع خانواده و دوستان، کاهش دهید.</li> <li>- اگر فشارخون بالا یا کلسترول بالایی دارید، در مورد اقداماتی که می‌توانید برای کاهش آنها انجام دهید با پزشک خود مشورت کنید.</li> <li>- داروهای تجویز شده توسط پزشکتان را به طور منظم و دقیق مصرف کنید.</li> <li>- جلسات ملاقات با پزشک و معاینات منظم خود را دنبال کنید.</li> </ul> <p><b>در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ایجاد لکه‌های پوستی در محل جراحی</li> <li>- تغییرات ناگهانی و غیرمنطقی وزن</li> <li>- وجود قرمزی، تورم، چرک یا درد در ناحیه جراحی</li> <li>- درد شدید قفسه سینه</li> </ul>			



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی رازمی

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی رازمی

واحد آموزش سلامت