



فرم آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص (مخصوص بیماران سزارین)

نام خانوادگی:		نام:		بخش:	پزشک معالج:
نام پدر:		تاریخ تولد:		اتاق:	تاریخ پذیرش:
آموزش نحوه مصرف دارو بعد از ترخیص توسط پزشک					
آموزش دارو	نام دارو	میزان و مدت زمان مصرف			نحوه صحیح مصرف دارو
آموزش نحوه مصرف دارو بعد از ترخیص توسط پرستار					
آموزش دارو	نام دارو	میزان و مدت زمان مصرف			نحوه صحیح مصرف دارو
		صبح	ظهر	شب	
					قبل از غذا □ بعد از غذا □ همراه غذا □ ناشتا □ موقع خواب □ با آب زیاد □
					قبل از غذا □ بعد از غذا □ همراه غذا □ ناشتا □ موقع خواب □ با آب زیاد □
				قبل از غذا □ بعد از غذا □ همراه غذا □ ناشتا □ موقع خواب □ با آب زیاد □	
تغذیه	محدودیت خاصی ندارید میتوانید همه چیز استفاده کنید از خوردن غذاهای نفاخ مثل حبوبات و شیر بپرهیزد مواد غذایی حاوی آهن مثل گوشت و پسته خام اسفناج و تخم مرغ و...و همچنین سبزیجات و میوه و کمپوت آناناس و گلابی جهت جلوگیری از یبوست و بهبود سریعتر زخم مصرف کنید				
زخم	سه روز بعد از عمل بیمار به حمام رفته و دوش ایستاده بگیرید پانسمان محل زخم را برداشته و نیاز به لیف و دست کشیدن روی زخم نیست روی زخم را با شامپو بچه بشوید و محل بخیه ها را در صورت امکان با باد گرم سشوار خشک نمایید و نیاز به پانسمان مجدد ندارد و باید زخم را تمیز و خشک نگهداشته و میتوانید روز در میان دوش بگیرید				
پیگیری های پس از ترخیص	یک هفته تا ده روز بعد جهت کشیدن بخیه ها و معاینه به پزشک مراجعه کنید نکته: در صورت قرمزی و ترشح از زخم زودتر از زمان تعیین شده به پزشک مراجعه کنید در صورت نفخ شدید و سفتی شکم و عدم دفع مدفوع خونریزی بیش از قاعدگی در ده روز اول یا ادامه خونریزی در قاعدگی بیش از ده روز درد ساق پا یا درد ناحیه قفسه سینه تب و لرز سر درد رنگ پریدگی و سر گیجه مراجعه فوری به پزشک داشته باشید				
سایر موارد آموزشی	فعالیت جنسی خود را 4 تا 6 هفته پس از زایمان با صلاحدید پزشک و در صورت داشت مشکل میتوانید آغاز نمایید.				
	زمان مراجعه مجدد به پزشک: یک هفته تا ده روز پس از ترخیص و یا در صورت بروز هرگونه مشکل و علایم خطر سریعاً به مراکز درمانی مراجعه نمایید و یا در صورت داشتن سوال با شماره تلفن 54523990 داخلی 206، داخلی کلینیک آموزش سلامت 221 تماس بگیرید..				