



فرم آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص (مخصوص هماتوم بعد از زایمان)

نام خانوادگی:		نام:		بخش: زنان		پزشک معالج:	
نام پدر:		تاریخ تولد:		اتاق:		تاریخ پذیرش:	
				تخت:			
آموزش نحوه مصرف دارو بعد از ترخیص توسط پزشک							
آموزش دارو	نام دارو	میزان و مدت زمان مصرف			نحوه صحیح مصرف دارو		امضاء پزشک
آموزش نحوه مصرف دارو بعد از ترخیص توسط پرستار							
آموزش دارو	نام دارو	میزان و مدت زمان مصرف			نحوه صحیح مصرف دارو		امضاء پرستار
		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 مواد غذایی حاوی آهن مثل گوشت ، پسته خام ، اسفناج و تخم مرغ و...وهمچنین سبزیجات و میوه ، کمپوت آناناس ، گلابی ، مایعات فراوان و غذای ملین مصرف کنید						
زخم	در صورت داشتن بخیه محل بخیه ها و ناحیه تناسلی را مرتب با سرم شستشو از جلو به عقب بشویید و سپس با سشوآر سرد از فاصله ی 30سانتی متری خشک نمایید و یا با پارچه نخی خشک نمایید						
پیگیری های پس از ترخیص	در صورت داشتن تب و لرز ، داشتن ترشحات چرکی از محل بخیه ها ، رنگ پریدگی و سر گیجه و درد و خونریزی زیاد و افزایش ضربان قلب، احساس فشار در ناحیه مقعد مراجعه فوری به پزشک داشته باشید						
سایر موارد آموزشی	از برداشتن اجسام سنگین و کار زیاد خودداری کنید. مایعات فراوان بنوشید داروهای خود را به موقع مصرف 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 221کلینیک آموزش سلامت تماس بگیرید.						

امضاء و اثر انگشت بیمار یا همراه

مهر و امضاء پزشک:

مهر و امضاء پرستار: