



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

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	رژیم غذایی مغذی و مقوی و ملین همراه با مایعات فراوان داشته باشید مواد غذایی حاوی آهن مثل: گوشت و پسته خام اسفناج و تخم مرغ و... همچنین سبزیجات و میوه و کمپوت آناناس و گلابی و سوپ مصرف کنید						
زخم	سرم شستشو تهیه نمایید و محل زخم و بخیه ها را مرتب با سرم شستشو دهید و سپس با باد گرم سشوآر از فاصله حدود 30 سانتی متر خشک نمایید در صورت پارگی پرینه و ترمیم آن حین زایمان طبیعی، بخیه ها قابل جذب میباشند و احتیاج به کشیدن ندارد						
پیگیری های پس از ترخیص	در صورت داشتن سرگیجه، تب و لرز، خونریزی زیاد، درد زیاد، داشتن ترشحات چرکی و... سریعا به پزشک مراجعه نمایید						
سایر موارد آموزشی	استراحت کافی داشته باشید و از برداشتن اجسام سنگین و کار زیاد خودداری کنید. پوشیدن لباس زیر پنبه ای، رعایت بهداشت فردی و تعویض زود به زود لباس زیر داشته باشید تا زمان بهبود کامل محل زخم و طبق صلاحدید پزشکتان رابطه جنسی نداشته باشید روزانه استحمام داشته باشید و پد بهداشتی خود را حداق هر 4 تا 6 ساعت تعویض نمایید.						
	زمان مراجعه مجدد به پزشک: یک هفته تا ده روز پس از ترخیص و یا در صورت بروز هرگونه مشکل و علایم خطر سریعا به مراکز درمانی مراجعه نمایید و یا در صورت داشتن سوال با شماره تلفن 54523990 داخلی 221 (کلینیک آموزش سلامت) و یا 206 تماس بگیرید.						