

واحد بهبود کیفیت	به نام خدا		 بیمارستان موسی بن جعفر (ع) شهرستان قوچان
	عنوان سند: فرم آموزش به بیمار حین ترخیص (بخشهای زنان و زایمان)		
	تاریخ تدوین: 1401/08/26 تاریخ بازنگری: 1403/08/26 تاریخ بازنگری بعدی: 1405/08/26	شماره سند: M.14.N-G/84 شماره بازنگری: 1 شماره ویرایش:	

شماره پرونده: _____ Unit No: _____

**فرم آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص
(توسط پزشک و پرستار)**

Attending Physician: _____ پزشک معالج:	Ward: _____ بخش:	Name: _____ نام:	Family Name: _____ نام خانوادگی:
Date Of Admission: _____ تاریخ پذیرش:	Room: _____ اتاق:	Date Of Birth: _____ تاریخ تولد:	Father Name: _____ نام پدر:
	Bed: _____ تخت:		

تشخیص نهایی: سزارین تاریخ ترخیص: _____ تلفن بخش: _____ کد رهگیری دارو و آزمایشات نسخه شده: وضعیت بیمار هنگام ترخیص: بهبودی ☐ بهبودی نسبی ☐ ترخیص با میل شخصی ☐ پیگیری ☐ غیره ☐ مددجوی گرامی: لطفا مطالب این فرم را به دقت مطالعه نمایید و تهیه داروهای نسخه شده و یا انجام آزمایشات درخواستی را فراموش نکنید.				
نام دارو	میزان مصرف در روز	زمان مصرف (ساعت)	نحوه صحیح مصرف دارو	
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐	
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐	
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐	
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐	
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐	
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐	
تغذیه	رژیم غذایی بعد از ترخیص: - استفاده از میوه و سبزی فراوان و مایعات طبیعی - مصرف مسکن در حد تخفیف درد نه لزوما برطرف کردن کامل درد محدودیت های غذایی: - پرهیز از غذاهای سنگین، پرچرب و حساسیت زا			
	استحمام - روز سوم پس از عمل، پانسمان روی زخم برداشته شود. دوش آب گرم در حدود 15 دقیقه به صورت ایستاده انجام شود. محل زخم با شامپوی ملایم بدون لیف شسته و با سشوار خشک شود. سپس روزانه این محل شسته و تمیز و خشک نگه داشته شود. دیگر نیاز به پانسمان مجدد نیست.			
فعالیت	- پرهیز از خم و راست شدن بیش از حد و فعالیت سنگین و برداشتن بار بیش از 5 تا 7 کیلوگرم به مدت 6 هفته			

مراقبت از زخم، محل جراحی و عضو آسیب دیده	- بخیه ها تحت فشار چربیهای پایین شکم نباشد. - از شکم بند و جوراب واریس روز بعد ترخیص استفاده شود. زمان کشیدن بخیه: - مراجعه به پزشک جهت کشیدن بخیه 10 روز بعد از سزارین
علائم هشدار	- مراجعه فوری در صورت بروز تب، تورم، ترشح و کبودی در محل عمل، خونریزی شدید از رحم، سفتی تورم و قرمزی در پستان، درد، تورم و تغییر رنگ در پاها بویژه به صورت یکطرفه، سوزش یا درد حین ادرار کردن یا درد در ناحیه پهلوی
پیگیری های پس از ترخیص	زمان مراجعه به پزشک: - مراجعه به پزشک جهت کشیدن بخیه 10 روز بعد از سزارین - انجام غربالگری تیروئید نوزاد (آزمایش کف پا) 3-5 روزگی با مراجعه به مرکز بهداشت (در نوزادان بالای 4 کیلوگرم یا زیر 2500، علاوه بر 3-5 روزگی، 14 روزگی نیز باید انجام شود) - مراجعه به متخصص اطفال 24 تا 48 ساعت بعد از ترخیص جهت ویزیت مجدد نوزاد
سایر موارد آموزشی	- شیردهی نوزاد از هر دو سینه و شستشوی نوک سینه با آب ولرم پس از هر بار شیردهی انجام شود. - عدم فعالیت جنسی تا 6 هفته و سپس در صورت تثبیت شرایط روحی و جسمی و عدم خونریزی بلامانع است. - زنانی که در 6 هفته اول اقدام به فعالیت جنسی می کنند و تمایل به بارداری ندارند باید از روشهای جلوگیری از حاملگی استفاده کنند.
مددجوی گرامی: پس از مطالعه مطالب این فرم، هر گونه سوال یا ابهام احتمالی را یادداشت نموده و تا قبل از خروج از بیمارستان از پرستار خود سوال نمایید. 1- در صورت وجود هر گونه سوال می توانید همه روزه (به جز روزهای تعطیل) از ساعت 8 تا 12 با کلینیک پرستاری آموزش سلامت بیمارستان تماس بگیرید. شماره تلفن کلینیک پرستاری: 15-05147233412 داخلی 216 در صورت نیاز به سوال خارج از ساعت ذکر شده با بخش بستری خود تماس بگیرید: 15-05147233412 داخلی 316-317 *** جهت دسترسی به مطالب آموزشی مربوط به بیماری خود با اسکن بارکد بالا وارد سایت آموزش به بیمار بیمارستان موسی بن جعفر (ع) قوچان می شوید. مهر و امضاء پرستار مهر و امضاء پزشک امضاء / اثر انگشت بیمار یا همراهی	

