



## آموزش به بیماران آبدومینوپلاستی در زمان ترخیص

شماره پرونده: Unit No:

نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج
نام پدر:	تاریخ تولد:	اتاق:	تاریخ پذیرش
		تخت:	

## آموزش های زمان ترخیص توسط پزشک و پرستار

آموزش دارو	نام دارو	میزان و مدت زمان مصرف			نحوه مصرف دارو
		صبح	ظهر	شب	
					قبل از غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> ناشتا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>
					قبل از غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> ناشتا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>
					قبل از غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> ناشتا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>

**رژیم غذایی**  
رژیم غذایی پرپروتئین کم نمک همراه با ویتامین C ، میوه وسبزیجات تازه همراه با وشیدن مقدار فراوان مایعات در طول روز توصیه می شود  
سایر.....

**مراقبت از زخم**  
خونابه تا چند روز پس از عمل ابدومینوپلاستی یا جراحی زیبایی شکم طبیعی است محل عمل باید خشک نگهداری شود و پانسمان باید به روش استریل تعویض گردد . سایر.....

**وضعیت حرکتی (میزان فعالیت)**  

- به مدت ۱۰ تا ۱۴ روز بعد از عمل ، هنگام راه رفتن ، بیمار باید حالت خمیده داشته باشد
- استفاده از شکم بند طبی در طی ۲ تا ۳ ماه بعد از عمل جراحی ضروری است
- بعد از کشیدن درن ۲۴ تا ۷۲ ساعت طول می کشد تا سوراخ درن ها بطور خودبخود بسته شود و بعد از این مدت استحمام کوتاه مدت بلامانع است. لازم است
- در طی دو هفته اول بعد از عمل زیر سر بیمار هنگام خواب بلند باشد (۳۰ تا ۴۰ درجه) و پاها از ناحیه مفصل ران به طرف شکم جمع باشد. خوابیدن بر روی شکم ممنوع می باشد. چرخیدن به پهلوها با پاهای جمع بلامانع است تا ۵ روز بعد از عمل ناحیه شکم ، از نشستن به صورت ۹۰ در جه خودداری شود.
- سایر.....

**زمان استحمام**  
بعد از خارج کردن درن یا برداشتن پانسمان جراحی (در ۴۸ ساعت اول استحمام نکنید)

**تاریخ و روز مراجعه بعدی:** ..... روز پس از ترخیص به پزشک معالج مراجعه شود.(شماره تماس ونحوه برقراری ارتباط با پزشک معالج:  
 تلفن تماس بیمارستان: ۰۵۱-۳۷۰۴۸۳۲۳      تلفن اورژانس بیمارستان: ۰۵۱-۳۷۰۴۸۱۴۳  
 کلینیک پرستاری آموزش سلامت: روزهای زوج هفته ساعت ۱۰ تا ۱۲      تلفن: ۰۵۱-۳۷۰۴۸۱۲۷  
 \* در صورت نیاز به خدمات پرستاری در منزل نظیر تزریقات، سرم تراپی پانسمان انواع زخم، کشیدن بخیه، کنترل علائم حیاتی به طور شبانه روزی می توانید با نزدیک ترین مراکز مشاوره پرستاری تماس بگیرید.

پیگیری پس از ترخیص آزمایشات ، رادیوگرافی و پاتولوژی ( نمونه برداری) :..... تلفن آزمایشگاه: ۰۵۱-۳۷۰۴۸۱۳۰

**\*\*علائم هشدار دهنده: خونریزی روشن- تب بالای ۳۸-ترشحات چرکی و بدبو و یا علائم عفونت**  
 سایر موارد :معمولا ۳ تا ۴ روز بعد از عمل ترشحات خونابه ای وجود دارد  

- استعمال دخانیات (سیگار و قلیان) و مشروبات الکلی بعد از عمل جراحی به منظور جلوگیری از خطر نکروز پوست (سیاه شدن پوست) ممنوع می باشد
- در روزهای اول برای رفتن به دستشویی حتما همراه داشته باشید واز توالیت صندلی استفاده کنید

**چگونه می توان از ابتلا به بیماری کووید ۱۹ پیشگیری کرد؟** به خاطر داشته باشید اصل مهم در پیشگیری از ابتلا به کووید ۱۹، استفاده صحیح از ماسک و پوشاندن کامل دهان و بینی ، تهویه مناسب ، فاصله گذاری اجتماعی (عدم حضور در مکان های شلوغ) ورعايت بهداشت دست است پس بکوشیم با رعایت این موارد به سلامت خود،خانواده واجتماع کمک کنیم

فرد آموزش گیرنده	بیمار <input type="checkbox"/> همراه بیمار <input type="checkbox"/>	چهره به چهره <input type="checkbox"/>	پمفلت <input type="checkbox"/>	CD آموزشی <input type="checkbox"/>
	نام و نام خانوادگی:	نسبت با بیمار <input type="checkbox"/>	سن <input type="checkbox"/>	تحصیلات <input type="checkbox"/>

مهر و امضاء پزشک معالج:

مهر و امضاء پرستار آموزش دهنده:

امضاء / اثر انگشت بیمار / همراه: