

		شماره پرونده:	
نام خانوادگی:		نام:	بخش:
نام پدر:		تاریخ تولد:	اتاق:
تاریخ پذیرش:		تشخیص (علت بستری):	تخت:
		جنس: <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> مرد	

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:

مراقبت در منزل:

- جهت جلوگیری از یبوست از مواد غذایی پرفیبر مانند میوه‌ها و سبزیجات و مایعات فراوان استفاده کنید.
- از خم شدن، جابجا کردن، چرخاندن یا تغییر ناگهانی وضعیت بدن به مدت ۶ هفته بعد از عمل جراحی پرهیز کنید.
- به تدریج شروع به راه رفتن کنید.
- از بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.
- از انجام کارهای خانه و بیرون و فعالیت جنسی و زناشویی تا اولین ملاقات با پزشک خودداری کنید.
- تا ۴-۲ هفته یا زمان توصیه پزشک خود رانندگی نکنید.
- بالا رفتن و پایین آمدن از پله‌ها بلامانع است اما سعی کنید یک پله بالا یا پایین بروید و از نرده کمک بگیرید.
- استراحت در حالت درازکش باید باشد. اما می‌توانید به پشت، به پهلوها و یا حتی روی شکم دراز بکشید.
- در مدت استراحت و در همان حالت درازکش پاها را ورزش دهید. برای اینکار باید پاها را از مچ، زانو و لگن خم و راست کنید.
- به علت سست بودن ماهیچه‌های پشت پس از عمل و به منظور حفظ ستون فقرات در یک راستا، تا یک ماه از تشک سفت استفاده کنید.
- در صورتی که از پانسمان ضد آب استفاده می‌کنید از روز بعد از عمل می‌توانید حمام کنید.
- از روز چهارم بعد از عمل می‌توانید به شکل معمول حمام کنید و شستشوی محل جراحی بلامانع است. اما پس از حمام کاملاً محل عمل را خشک نموده و سپس پانسمان کنید. برای خشک کردن محل عمل از وسایل گرم کننده مانند سشوار استفاده نکنید.
- از نشستن طولانی مدت پرهیز کنید.
- غذا خوردن و خواندن نماز باید در حالت نشسته باشد. از صندلی‌هایی که پشتی مستقیم دارند استفاده کنید.
- از کفش‌های تخت و سفت هنگام گردش استفاده کنید.
- از توالف فرنگی استفاده کنید.
- ۱۰-۷ روز بعد از عمل جهت برداشتن بخیه‌ها به پزشک معالج یا درمانگاه، مراجعه کنید.
- در صورت تجویز آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک در فواصل معین و یک دوره کامل مصرف کنید. از قطع دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید.
- مصرف مسکن را طبق تجویز پزشک مصرف کنید.

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان مراجعه کنید

- قرمزی و ترشحات غیرطبیعی و درد بیش از حد