

## باسمه تعالی

**محتوی کارت : توصیه های لازم به بیماری که عمل هیستریکتومی انجام داده است .**

نام و نام خانوادگی بیمار :

تشخیص :

تاریخ آموزش :

پرستار آموزش دهنده :

### بیمار گرامی :

**لطفاً به نکات آموزشی زیر توجه نموده و در صورت بروز هر یک از علائم زیر به پزشک مراجعه فرمائید .**

- ۱- محل عمل جراحی را به طور مرتب کنترل نمائید و در صورت وجود هرگونه ترشح چرکی ، قرمزی و التهاب فوراً به پزشک مراجعه نمائید .
- ۲- سیکل قاعده گی شما قطع شده است و برای فقط چند روز خونریزی کلی خواهید داشت ولی چنانچه این خونریزی ادامه پیدا کرد یا بعد از مدتی تکرار شد بلافاصله باید به پزشک مراجعه شود .
- ۳- مصرف مایعات کافی جهت فعالیت کلیه ها ضروری است .
- ۴- احساس خستگی و کوفتگی ممکن است بعد از عمل وجود داشته باشد که موقتی بوده و بتدریج کاهش یافته و برطرف می شود .
- ۵- فعالیت های روزانه به تدریج شروع شود زیرا استراحت طولانی و عدم تحرک موجب تجمع خون داخل لگن شده و خطر التهاب و پرخونی عروق خونی را به دنبال دارد .
- ۶- از روز چهارم پس از عمل ، پس از باز کردن پانسمان خود حمام کنید از آن به بعد روز در میان حمام توصیه می شود تا از بروز عفونت جلوگیری شود .
- ۷- ۳ تا ۴ هفته بعد از عمل می توانید کارهای روزمره خود را از سر بگیرید .
- ۸- روش مصرف داروهای نسخه شده را قبل از ترخیص از پرستار خود سوال کنید و طبق دستور پزشک مصرف نمایید لباسی که روی محل عمل قرار می گیرد حتما تمیز و خشک باشد .
- ۹- در صورت وجود ترشحات چرکی از واژن همراه با بوی تعفن ، خونریزی و هرگونه قرمزی پاها و التهاب به پزشک مراجعه نمائید .
- ۱۰- تا زمانی که پزشک معالج صلاح نداند از مقاربت خودداری شود .
- ۱۱- بعد از عمل برای کشیدن بخیه به درمانگاه زنان مراجعه کنید .
- ۱۲- رعایت رژیم غذایی و مصرف غذاهای نرم و سبک تا بهبودی کامل .
- ۱۳- از خوردن غذاهای نفاخ( کلم ، پیاز ، حبوبات ، نوشابه های گازدار اجتناب نمایید ) .
- ۱۴- رعایت بهداشت بعد از هر بار اجابت مزاج .