



## فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

### مراقبت های پس از ترخیص

### لاپاراسکوپي

شماره پرونده:

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

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 پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر مانند میوه‌ها، سبزیجات و مایعات فراوان استفاده کنید.
  - بهتر است به مدت ۴۸ ساعت از نوشیدن نوشابه‌های گازدار خودداری کنید.
  - مصرف سبزیجات، مرکبات و آب میوه های تازه حاوی ویتامین سی، می تواند به بهبود سریعتر زخم کمک کند.
  - در روز جراحی پس از جراحی لاپاروسکوپي، به هیچ عنوان رانندگی نکنید.
  - به مدت یک هفته از ورزش کردن و بلند کردن اجسام سنگین تر از ۱۰ کیلوگرم اجتناب کنید.
  - پیاده روی، ورزشی موثر برای این کار است. فردی که تحت جراحی لاپاروسکوپي قرار گرفته است، می تواند با انجام پیاده روی، عضلات خود را تقویت کند و گردش خون را به حالت طبیعی برگرداند و با این کار از لخته شدن خون جلوگیری کند.
  - ممکن است به علت استفاده از دی‌اکسیدکربن حین لاپاراسکوپي برای باز کردن شکم، در ناحیه شانه‌ها و قفسه سینه درد داشته باشید. این درد طی چند روز خود به خود ناپدید خواهد شد.
  - در هنگام دوش گرفتن شما باید مراقب باشید محل برش را مالش ندهید و آن را خیس نکنید.
  - سوراخ‌های جراحی لاپاراسکوپي حدود ۵ میلیمتر بوده و نیازی به تعویض پانسمان ندارند.
  - محل برش‌ها را تمیز و خشک نگهدارید. برای تمیز کردن آن‌ها می‌توانید از آب و صابون استفاده کنید. روز بعد از جراحی می‌توانید باند روی زخم‌ها را بردارید.
  - ممکن است به علت استفاده از لوله راه هوایی در ناحیه نای و طی بیهوشی، گلو درد داشته باشید. مصرف آب‌نبات و یا قرص‌های گلو می‌تواند به کاهش درد کمک کند.
  - دو تا سه روز پس از انجام لاپاراسکوپي جهت پیگیری از وضعیت جراحی بهتر است پزشک خود را ملاقات کنید.
  - در فواصل منظم و مشخص شده توسط پزشک جهت ادامه درمان به پزشک مراجعه کنید.
  - یک هفته پس از جراحی و یا بسته به نظر و توصیه پزشک می‌توانید فعالیت جنسی خود شروع کنید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- تب
  - سرگیجه و غش
  - خونریزی شدید
  - تهوع و استفراغ مداوم
  - تنگی نفس
  - تاخیر در بهبودی
  - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی