



			شماره پرونده:
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: <input type="checkbox"/> مرد <input type="checkbox"/> زن	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:**

- غذاهای دارای فیبر زیاد مانند میوه و سبزیجات و همچنین مایعات فراوان مصرف کنید تا احتمال یبوست از بین برود.
  - کاهش فعالیت‌های جسمی و یا استراحت در بستر در هفته اول با توجه به نظر پزشک شما و استراحت نسبی در ادامه بارداری داشته باشید.
  - از نزدیکی تا 1 هفته پس از سرکلاژ و یا با مشورت پزشک در باقیمانده بارداری خودداری کنید.
  - از انجام کارهای سنگین تا پایان دوران بارداری خودداری کنید.
  - پس از این مرحله ممکن است کمی ترشحات خونی روشن تا چند روز وجود داشته باشد که معمولاً بعد از این زمان به شکل ترشحات در می آید و ممکن است تا پایان حاملگی ادامه پیدا کند. در صورت افزایش خونریزی و خونریزی در حد قاعدگی یا بالاتر به پزشک مراجعه شود.
  - هنگام اجابت مزاج زیاد فشار و زور نزنید.
  - از دوش واژینال و تامپون استفاده نکنید.
  - با نظر پزشک قبل از شروع دردهای زایمانی برای برداشتن بخیه های دهانه رحم مراجعه شود تا زایمان امکان پذیر باشد. برداشتن بخیه دهانه رحم در انتهای حاملگی انجام می شود و یک عمل بدون درد است و نیاز به بی حسی و بیهوشی ندارد. در صورت بروز دردهای زود هنگام و زایمان زودرس باید بخیه باز شود بنابراین در این مواقع فرد در بیمارستان تحت مراقبت قرار می گیرد تا به موقع، باز کردن بخیه دهانه رحم انجام گیرد.
  - لباس زیر را روزانه تعویض کنید و از لباس های زیر نخی استفاده و از پوشیدن لباس های حاوی الیاف مصنوعی و جوراب شلواری های تنگ و پلاستیکی خودداری کنید.
  - لباس زیر همیشه باید خشک باشد و از مرطوب شدن آن پرهیز کنید.
  - مراقبت های دوران بارداری را طبق دستور پزشک انجام دهید.
  - روزانه چند نوبت ناحیه دستگاه تناسلی با شامپوی بچه شستشو شود.
  - داروهای تجویز شده توسط پزشک معالج را طبق دستور مصرف کنید.
  - 7 روز پس از عمل به پزشک معالج مراجعه کنید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- پارگی کیسه آب، تب بالای 38 یا لرز، انقباض رحمی و درد زیر شکم و کمر مانند دردهای زایمان، تهوع و استفراغ، خونریزی
  - در صورت داشتن درد از مسکن هایی که برای شما تجویز شده استفاده کنید و در صورتی که درد با مسکن کاهش نیافت به پزشک مراجعه کنید.
  - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی