

آموزش پره‌ترم لیبر (زایمان زودرس)

سوال	جواب
در مورد مشکل خود چه می‌دانید؟	شروع علائم زایمانی پیش از موعد زایمان
در مورد علت بستری به شما اطلاعاتی داده‌اند؟	بررسی وضعیت درد، علائم زایمانی، آبریزش و مداخلات درمانی مناسب - پیشگیری از زایمان زودرس در صورت امکان
در مورد تغذیه به شما چه توصیه‌هایی کرده‌اند؟	مقوی و سرشار از ویتامین (بویژه ویتامین ث) مثل انواع میوه‌ها
در مورد وضعیت حرکتی به شما چه توصیه‌هایی شده است؟	استراحت نسبی در بستر با تمایل به سمت چپ برای خونسازی بیشتر به جنین و جفت
در مورد علائم خطر که نیاز هست به مراقب خود اطلاع دهید، چه توصیه‌ای به شما شده است؟	افزایش دردهای زایمانی - عدم احساس حرکت جنین یا کاهش حرکات جنین - آبریزش - خونریزی و احساس فشار به سمت پایین شکم
در مورد داروهای دریافتی به شما اطلاعاتی داده‌اند؟	با هدف پیشگیری از زایمان زودرس و آسیب به جنین
آیا در مورد کنترل بیشتر درجه حرارت بدن و نبض نسبت به سایر مادران اطلاعاتی دارید؟	تب (افزایش دمای بدن) علامتی از عفونت داخل رحمی می‌تواند باشد که نیاز به آنتی‌بیوتیک را مشخص می‌کند.
در مورد خودمراقبتی در منزل در صورت مرخصی به شما چه آموزش‌هایی داده‌اند؟	مصرف مواد غذایی مقوی و سرشار از ویتامین - استراحت نسبی و اجتناب از فعالیت فیزیکی طولانی مدت و زیاد - دوری از استرس -
در مورد وضعیت اورژانس مراجعه به بیمارستان شما را راهنمایی کرده‌اند؟	درد زایمانی - وجود تب ۳۸ درجه یا بیشتر، ترشحات بدبو - آبریزش - خونریزی - کاهش حرکات جنین
در مورد اهمیت نگهداری برگه خلاصه پرونده چه آموزشی دیده‌اید؟	در صورت داشتن هرگونه مشکل مربوطه با در دست داشتن این برگه به بیمارستان مراجعه کنید.