

چك لیست آموزشی هیستریکتومی

سوال	جواب
۱ در مورد عمل جراحی خود چیزی می دانید؟	هیستریکتومی یعنی برداشتن رحم بواسطه عمل جراحی
۲ در مورد ورزش تنفسی و انجام سرفه چه چیزی یادگرفته اید؟	دم عمیق به مدت ۳ ثانیه سپس تخلیه کامل به تکرار ۳ دفعه ، سپس ضمن قفل کردن دستها بر روی محل بخیه سرفه های عمیق انجام شود تا خلط ریه ها تخلیه شده و از پنومونی بعد از عمل جلوگیری شود این تمرین حداقل ۴-۳ بار در روز
۳ در مورد ورزش روی تخت چه آموزشی به شما داده اند؟	باز و بستن پاها ، دور و نزدیک کردن پاها به محور بدن
۴ در مورد پایین آمدن از تخت چه آموزشی به شما داده اند؟	ابتدا نشستن روی تخت بعد آویزان کردن پاها و سپس راه رفتن و شستن دست و صورت با همراهی کمک بهیاربخش
۵ در مورد نزدیکی چه توصیه ای به شما کرده اند؟	ممنوعیت حداقل به مدت ۲ ماه پس از انجام عمل جراحی ، بعد از بهبودی کامل هیچ منعی برای مقاربت نیست
۶ در مورد مراقبت از محل عمل در منزل چه آموزشی داده اند؟	پانسمان را برداشته و روز سوم بعد از عمل با آب و صابون حمام کنید
۷ در مورد برداشتن بخیه ها چه توصیه ای به شما کرده اند؟	اگر برش در پایین شکم باشد(عرضی) روز هفتم و اگر برش در وسط شکم باشد(طولی) روز دهم عمل و مشورت با پزشک در صورت چاق بودن زیاد
۸ در مورد استحمام چه توصیه ای کرده اند؟	در منزل روزانه می توان حمام کرد
۹ زمان ویزیت مجدد توسط پزشک را معین کرده اند ؟	دو هفته بعد از عمل با در دست داشتن برگ خلاصه پرونده
۱۰ شما را در مورد وضعیت اورژانس مراجعه به پزشک راهنمایی کرده اند؟	تب، التهاب و قرمزی و ترشحات غیر طبیعی
۱۱ در مورد نسخه دارویی شما را راهنمایی کرده اند؟	مصرف داروها بطور دقیق و مرتب
۱۲ در مورد جلوگیری از زبوست و آسیب بخیه ها به شما آموزش داده اند؟	استفاده از میوه و سبزیجات و مایعات فراوان
۱۳ در مورد تکلیف نمونه برداری شما توضیحات لازم را داده اند؟	پیگیری دقیق و هر چه سریعتر پاتولوژی و رویت آن توسط پزشک معالج
۱۴ در مورد اهمیت نگهداری برگه خلاصه پرونده به شما آموزش داده اند؟	در صورت داشتن مشکل با در دست داشتن برگه خلاصه پرونده به بیمارستان مراجعه نماید