



راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین ترخیص

بستن لوله های رحمی

❖ رژیم غذایی

✓ رژیم غذایی خاصی توصیه نمی شود اما پس از شروع رژیم برای جلوگیری از یبوست مایعات فراوان و غذاهای پرفیبر (سبزیجات و میوه ها) استفاده کنید.

❖ فعالیت

✓ 1 تا هفته از انجام کارهای سنگین، بلند کردن و هل دادن اجسام سنگین تا بهبودی کامل خودداری کنید.

❖ مراقبت

✓ از روز دوم بعد از عمل و بلافاصله بعد از برداشتن پانسمان و بصورت روزانه استحمام را انجام دهید .

✓ زخم را باز و خشک نگهداری کنید.

✓ در صورت بروز تب، درد شدید شکم، خروج ترشحات چرکی و یا خونی از زخم به پزشک مراجعه کنید.

✓ 1 تا هفته از نزدیکی خودداری کنید. اگر پس از یک هفته درد داشته باشید با پزشک مشورت کنید. در ماه

اول پیشگیری از بارداری داشته باشید.

❖ دارو

✓ جهت تسکین درد از داروی مسکن تجویز شده طبق دستور پزشک استفاده نمایید.

✓ در صورت تجویز آنتی بیوتیک، طبق دستور پزشک در فواصل معین و یک دوره کامل مصرف کنید.

❖ زمان مراجعه بعدی

✓در فاصله هفت روز بعد از عمل به منظور کشیدن بخیه ها و معاینه محل عمل به پزشک مراجعه کنید.

✓در صورت داشتن IUD باید در اولین سیکل قاعدگی پس از عمل TL، برای خارج کردن IUD مراجعه نمایید.

✓در صورت تأخیر در پرپود، لکه بینی یا خونریزی واژینال، درد شدید شکم، تهوع، حساس شدن پستان ها به پزشک مراجعه کنید تا از نظر حاملگی خارج رحمی بررسی شوید.

✓تب بالاتر از 38 درجه، درد و تورم محل عمل و خروج چرک و خون از آن تا یک هفته و قرمزی محل عمل، از حال رفتن، گیجی شدید در چهار هفته اول به ویژه در هفته اول پس از عمل به پزشک معالج و واحد کنترل عفونت بیمارستان مراجعه نمایید.

References : 1. clinicalkey 2. mayoclinic 3. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing 4. familydoctor 5. Betterhealth

تهیه شده در واحد آموزش سلامت بیمارستان افضل پور کرمان. بهار 1403

034 31328143