

کد: CT_09_33 تاریخ ابلاغ: 1404/1/15 تاریخ بازنگری: 1405/03/15	کارت آموزش پس از ترخیص بیمار ماستیت	 دانشگاه علوم پزشکی سمنان بیمارستان ولایت دامغان واحد آموزش سلامت
1- رژیم غذایی پر کالری و سرشار از ویتامین ث مانند : مرکبات و اناناس استفاده نمایید. 2 - مایعات فراوان مصرف کنید.		تغذیه
1- داروهای تجویز شده توسط پزشک معالج را طبق دستور مصرف نمایید.		دارو
1- شیردهی مکرر به نوزاد به کاهش التهاب پستان کمک میکند. 2- برای شیردهی به نوزاد مداوم پستان هارا تعویض کنید تا سبب تخلیه کامل پستان ها شود. 3- قبل از هر بار شیردهی پستان هارا با آب گرم بشویید و پستانهارا مرتب با آب و صابون بشویید. 4- ساعات بین شیردهی طولانی نشود. 5- از پوشیدن سوتین و تاپ های تنگ پرهیز کنید 6- با استفاده از کمپرس سرد می توانید درد و تورم پستان را کاهش دهید.(قبل شیردهی ترجیحا کمپرس گرم و بعد شیردهی ترجیحا کمپرس سرد استفاده نمایید) 7- در منزل استراحت بیشتر داشته باشید.		مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل (فعالیت ها، محدودیتها و روشهای پیشگیرانه)
برای پیگیری جواب آزمایشات پس از تماس و اطمینان از آماده شدن جواب آزمایش به بخش بستری مراجعه نمایید 0		اطلاع رسانی و اعلام نتایج تست های پاراکلینیک بیمار
در صورت داشتن علائم زیر حتما به بیمارستان مراجعه نمایید: ✓ بروز تب و لرز ، خروج ترشحات غیر طبیعی از نوک پستان، احساس وجود توده سفت در پستان در اولین نوبت مراجعه به پزشک در درمانگاه یا مطب جواب آزمایش ، خلاصه پرونده و کارت ترخیص را همراه داشته باشید 0		پیگیری های پس از ترخیص و مکان و زمان مراجعه به پزشک
شماره تماس بیمارستان: 02335225120 الی 28 واحد آموزش سلامت: 2073 آدرس سایت بیمارستان: velayathos.semums.ac.ir جهت دسترسی به مطالب آموزشی مربوط به بیماری خود با اسکن بارکد، وارد سایت آموزش به بیمار، بیمارستان ولایت شوید 		