

کد : CT-09-41 تاریخ ابلاغ: 1404/11/15 تاریخ بازنگری: 1405/11/15	کارت آموزش پس از ترخیص بیمار (PLP) دردهای حول و حوش زایمان	 دانشگاه علوم پزشکی سمنان بیمارستان ولایت دامغان واحد آموزش سلامت
	در صورت نداشتن بیماری زمینه ای هیچ ممنوعیتی در تغذیه وجود ندارد و فقط از مواد غذایی ملین جهت جلوگیری از یبوست بیشتر استفاده می شود.	تغذیه
	مصرف به موقع داروها در منزل با تجویز پزشک	دارو
	1- عدم فعالیت سنگین و زیاد 2- استراحت نسبی 3- انجام یوگای بارداری 4- در صورت وجود عفونت درمان عفونت های ژنییتال 5- عدم مصرف دخانیات 6- رژیم غذایی مناسب 7- مصرف مایعات کافی	مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل (فعالیت ها، محدودیتها و روشهای پیشگیرانه)
	نتایج تست های پاراکلینیک: برای پیگیری جواب آزمایشات بیمار	اطلاع رسانی و اعلام نتایج تست های پاراکلینیک بیمار
	در صورت داشتن علائم زیر مراجعه شود: 1- آبریزش 2- خونریزی 3- تب 4- درد و انقباض منظم	پیگیری های پس از ترخیص و مکان و زمان مراجعه به پزشک
شماره تماس بیمارستان: 02335225120 الی 28 واحد آموزش سلامت: 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 		