

کد: CT-09_35 تاریخ ابلاغ: 1403/11/15 تاریخ بازنگری: 1404/11/15	کارت آموزش پس از ترخیص بیمار هیستریکتومی	 دانشگاه علوم پزشکی سمنان بیمارستان ولایت دامغان واحد آموزش سلامت
	تغذیه بعد از عمل برداشتن رحم غلات کامل: مانند بلغور، جو دو سر و ذرت میوه ها: تمشک و گلابی سبزیجات نان سبوس دار پروتئین: ماهی، بوقلمون، مرغ، لوبیا و آجیل. نوشیدن حداقل ۸ لیوان آب در روز تخم مرغ کلسیم: کلم بروکلی و آب پرتقال	تغذیه
	داروهای خود را طبق دستور پزشک و به طور منظم مصرف نمایید	دارو
	1- تا 10 روز بعد از جراحی، ترشحات خونا به مشاهده خواهید کرد که طبیعی است و نگران نشوید. 2- قدم زدن بعد از مرخص شدن از بیمارستان را فراموش نکنید. 3- از بلند کردن وسایل سنگین یا کشیدن آن ها خودداری کنید. 4- تا زمانی که پزشکتان اجازه نداده، نمی توانید رابطه جنسی داشته باشید. 5- بهداشت فردی را رعایت نمایید 6- در موقع مقرر طبق دستور پزشک برای کشیدن بخیه مراجعه نمایید.	مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل (فعالیت ها، محدودیت ها و روش های پیشگیرانه)
	برای پیگیری جواب آزمایشات پس از تماس و اطمینان از آماده شدن جواب آزمایش به بخش بستری مراجعه نمایید	اطلاع رسانی و اعلام نتایج تست های پاراکلینیک بیمار
	در صورت تب، عفونت، تورم، درد، خارج شدن ترشح چرکی از محل بخیه در اولین فرصت به پزشک مراجعه نمایید.	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 		