



# دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

## بستن لوله های رحمی

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص **بسن لوله های رحمی** طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

### ❖ رژیم غذایی

- ✓ طبق دستور پزشک، رژیم مایعات را شروع کرده ۸-۱۲ ساعت پس از عمل و در صورت عدم تحمل (حالت تهوع و استفراغ) به پرستار اطلاع دهید.
- ✓ در صورت تحمل به تدریج با نظر پزشک می‌توانید از سایر مواد غذایی استفاده کنید.

### ❖ فعالیت

- ✓ در بستر پاها را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود. بهتر است هر چه زودتر از بستر خارج و راه بروید.
- ✓ برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمائید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.

### ❖ مراقبت

- ✓ بی‌حرکتی پس از عمل می‌تواند باعث رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه‌ها گردد، لذا ورزش‌های تنفسی (تنفس عمیق و سرفه) و چرخش پا را بلافاصله پس از عمل انجام دهید.
- ✓ در هنگام راه رفتن، سرفه و تنفس عمیق محل بخیه را با دست گرفته یا با بالش ثابت نگه دارید تا از درد در ناحیه عمل جلوگیری نمائید.
- ✓ بعد از عمل (جهت کاهش درد) می‌توانید به حالت نیمه نشسته قرار بگیرید.
- ✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.

### ❖ دارو

- ✓ داروها (آنتی بیوتیک جهت جلوگیری از عفونت و مسکن برای تسکین درد) طبق دستور پزشک در فواصل و زمان معین توسط پرستار تجویز می‌شود.



# دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش 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

✓ تا ۱ 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.

✓ تا ۱ 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 نمائید.

✓ 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 پیرو، 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 ۳۸ 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.