



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

کورتاژ

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و تریخیص

کورتاژ طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد.

❖ اقدامات و توصیه‌های قبل از عمل

- ✓ شب قبل از عمل، شام سوپ میل کرده و از نیمه شب ناشتا باشید.
- ✓ در صورت داشتن آرایش و لاک ناخن آن را پاک کنید.
- ✓ موهای موضع عمل، قبل از عمل باید تراشیده شود.
- ✓ قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه (ادرار) را تخلیه نمایید.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل زیور آلات، اجسام فلزی، گیره سر، دندان مصنوعی و غیره را خارج کنید.
- ✓ کلیه لباس‌ها (لباس زیر، جوراب و ...) را در آورید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید.
- ✓ در صورت داشتن سابقه بیماری و سابقه حساسیت (دارویی، غذایی) پرستار و پزشک معالج را در جریان امر قرار دهید.
- ✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید و تحت درمان هستید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل به شما سرم وصل می‌شود.
- ✓ 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.

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ در صورت هوشیاری کامل و عدم وجود مشکلات گوارشی مانند تهوع و استفراغ، رژیم مایعات را طبق دستور پزشک و با اجازه پرستار شروع کنید و در صورت عدم تحمل (حالت تهوع و استفراغ) به پرستار اطلاع دهید.

❖ فعالیت

- ✓ 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

- ✓ جهت پیشگیری از عوارض بعد از عمل جراحی، تمرینات تنفسی و ورزش‌های پا را انجام دهید.
- ✓ جهت جلوگیری از ترومبوز ورید عمقی توصیه می‌شود که چند ساعت پس از عمل به تدریج از تخت خارج شوید و راه روید.
- ✓ به مدت یک یا چند روز دردهای انقباضی خفیف شبیه قاعدگی خواهید داشت.
- ✓ اگر خونریزی شما شدید است و احساس ضعف، سرگیجه، یا منگی می‌کنید، به پزشک خود اطلاع دهید.
- ✓ در صورت داشتن تهوع و استفراغ به پزشک خود اطلاع دهید.
- ✓ در صورت بروز درد یا احساس ناراحتی قبل از خروج از تخت به پرستار اطلاع دهید.
- ✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.
- ✓ جهت جبران مایعات از دست رفته مایعات فراوان مصرف نمائید.
- ✓ جهت به حداقل رساندن عفونت‌های بیمارستان در مدت بستری، بهداشت فردی اعم از بهداشت ناحیه ادراری، تناسلی و شستشوی دست‌ها با صابون را رعایت نمائید.

❖ داروها

- ✓ داروها (آنتی بیوتیک و مسکن) طبق دستور پزشک در فواصل و زمان معین توسط پرستار به شما داده می‌شود. کد پستی: ۷۷۶۱۶۴۸۶۶۳



دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

کورتاژ

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ از مصرف غذاهای نفاخ و دیر هضم اجتناب کرده و جهت جلوگیری از یبوست رژیم غذایی پرفیبر و مایعات مصرف کنید.
- ✓ از غذاهای سرشار از آهن مانند گوشت قرمز، جگر، تخم مرغ، غلات، سبزیجات سبز، کشمش سبز استفاده ننمائید.

❖ فعالیت

- ✓ از بلند کردن اجسام سنگین و ایستادن طولانی، تا مدت ۶ هفته بعد از عمل خودداری کنید.

❖ مراقبت

- ✓ به مدت یک یا چند روز دردهای انقباضی خفیف شبیه قاعدگی و ۱ تا ۲ هفته خونریزی خواهید داشت.
- ✓ جهت کاهش اضطراب و بهتر طی کردن فرایند سوگ، احساسات خود را آزادانه بیان کنید.
- ✓ پس از سقط از روش‌های پیشگیری از بارداری استفاده کنید.
- ✓ با مشورت پزشک و تا زمانی که خونریزی شما بند بیاید از آمیزش زناشویی، شنا کردن و استفاده از داروهای واژنیال به مدت حداقل ۱ تا ۲ هفته خودداری کنید.
- ✓ لباس زیر را روزانه تعویض و از لباس‌های زیر نخی استفاده کنید و از پوشیدن لباس‌های حاوی الیاف مصنوعی و جوراب شلواری تنگ و پلاستیکی خودداری کنید.
- ✓ لباس زیر همیشه باید خشک باشد و از مرطوب شدن آن پرهیز کنید.
- ✓ از مصرف هرگونه داروی شیمیایی یا گیاهی بدون دستور پزشک پرهیز ننمائید.

❖ دارو

- ✓ برای تسکین درد از ایبوپروفن یا استامینوفن طبق دستور پزشک استفاده کنید.
- ✓ داروهای تجویز شده توسط پزشک معالج از جمله قرص‌های آهن جهت جبران کم خونی را طبق دستور پزشک استفاده ننمائید.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ ۷ روز پس از عمل به پزشک معالج مراجعه ننمائید.
- ✓ بعد از دریافت جواب پاتولوژی حتماً باید به پزشک معالج مراجعه کنید.
- ✓ اگر دچار خونریزی شدید، یکی از نشانه‌های عفونت (تب و لزر) یا احساس درد شدید داشتید، بلافاصله به پزشک معالج و یا مراکز درمانی مراجعه کنید.
- ✓ موقع مراجعه به پزشک خلاصه پرونده خود را همراه داشته باشید.