

نام و نام خانوادگی:	تاریخ ترخیص:	تشخیص:	پرستار:	پزشک معالج:
---------------------	--------------	--------	---------	-------------

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نماید:

مراقبت در منزل :

- ❖ جهت پیشگیری از پیوست از رژیم پر فیبر مانند میوه‌ها، سبزیجات و مایعات فراوان استفاده کنید.
- ❖ بهتر است به مدت ۴۸ ساعت از نوشیدن نوشابه‌های گازدار خودداری کنید.
- ❖ مصرف سبزیجات، مرکبات و آب میوه های تازه حاوی ویتامین سی، می تواند به بهبود سریعتر زخم کمک کند.
- ❖ در روز جراحی پس از جراحی لاپاروسکوپی، به هیچ عنوان رانندگی نکنید.
- ❖ به مدت یک هفته از ورزش کردن و بلند کردن اجسام سنگین تر از ۱۰ کیلوگرم اجتناب کنید.
- ❖ پیاده روی، ورزشی موثر برای این کار است. فردی که تحت جراحی لاپاروسکوپی قرار گرفته است، می تواند با انجام پیاده روی، عضلات خود را تقویت کند و گردش خون را به حالت طبیعی برگرداند و با این کار از لخته شدن خون جلوگیری کند.
- ❖ ممکن است به علت استفاده از دی‌اکسیدکربن حین لاپاراسکوپی برای باز کردن شکم، در ناحیه شانه‌ها و قفسه سینه درد داشته باشید. این درد طی چند روز خود به خود ناپدید خواهد شد.
- ❖ در هنگام دوش گرفتن شما باید مراقب باشید محل برش را مالش ندهید و آن را خیس نکنید.
- ❖ سوراخ‌های جراحی لاپاراسکوپی حدود ۵ میلی‌متر بوده و نیازی به تعویض پانسمان ندارند.
- ❖ محل برش‌ها را تمیز و خشک نگهدارید. برای تمیز کردن آن‌ها می‌توانید از آب و صابون استفاده کنید. روز بعد از جراحی می‌توانید باند روی زخم‌ها را بردارید.
- ❖ ممکن است به علت استفاده از لوله راه هوایی در ناحیه نای و طی بیهوشی، گلو درد داشته باشید. مصرف آب‌نبات و یا قرص‌های گلو می‌تواند به کاهش درد کمک کند.
- ❖ دو تا سه روز پس از انجام لاپاراسکوپی جهت پیگیری از وضعیت جراحی بهتر است پزشک خود را ملاقات کنید.
- ❖ در فواصل منظم و مشخص شده توسط پزشک جهت ادامه درمان به پزشک مراجعه کنید.
- ❖ یک هفته پس از جراحی و یا بسته به نظر و توصیه پزشک می‌توانید فعالیت جنسی خود شروع کنید.

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید

- ❖ تب
- ❖ سرگیجه و غش
- ❖ خونریزی شدید
- ❖ تهوع و استفراغ مداوم
- ❖ تنگی نفس
- ❖ تاخیر در بهبودی
- ❖ سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی