



مرکز آموزشی و درمانی قلب سیدالشهداء (ع)

Code:06PE

تاریخ بازبینی: ۱۴۰۲/۶/۱

مراقبت های بعد از ترخیص بیماران سزارین شده

- ✓ برای کاهش درد ناحیه عمل هنگام سرفه و تنفس عمیق و راه رفتن ، محل بخیه را با دست بگیرید.
- ✓ نوک سینه ها را با آب ساده تمیز کنید.
- ✓ بهداشت دست را قبل از هر شیر دهی با آب و صابون را انجام دهید.
- ✓ خودداری از مقاربت جنسی ۴ تا ۶ هفته بعد عمل
- ✓ جهت جلوگیری از عفونت و التهاب پستان انجام شیردهی مرتب و کاهش فواصل شیردهی و رعایت بهداشت پستان الزامی می باشد .
- ✓ استفاده از لباسهای زیر نخی و خودداری از پوشیدن لباسهای تنگ و پلاستیکی
- ✓ جهت برداشتن بخیه ها ۷ تا ۱۰ روز بعد از عمل به پزشک مراجعه نمایید.
- ✓ داروهای تجویزی مخصوصا آنتی بیوتیکها و ضد انعقاد ها و قرص آهن را طبق دستور پزشک معالج مصرف کنید.
- ✓ آموزشهای موردنیاز درمورد بیماری قلبی خودتان را از پرستار تان تحویل بگیرید .

علایم هشدار

(در صورت مشاهده علایم زیر بلافاصله به اورژانس مراجعه کنید)

- ❖ تب بالای ۳۸ درجه و لرز
- ❖ احساس درد ، قرمزی ، تورم و یا گرمی، خروج ترشحات از محل جراحی
- ❖ در صورت مشاهده این علایم حتما به پزشک مراجعه کنید .

رژیم غذایی

- استفاده از رژیم پرپروتئین ، ویتامین و پرفیبر و در بیماران دیابتی رژیم دیابتی
- استفاده از آب میوه طبیعی به غیر شیر موز برای دیابتی ها
- استفاده از غذاهایی چون کباب و جوجه کباب و مرغ آب پز و سبزیجات پخته مثل اسفناج ، کدو
- در صورت یبوست استفاده از روغن زیتون و آلو خشک و انجیر خشک خیس شده و گلابی

فعالیت بدنی

- حرکات نرمشی و ورزشهای سبک در منزل



مرکز آموزشی و درمانی قلب سیدالشهداء (ع)

Code:06PE

تاریخ بازبینی: ۱۴۰۲/۶/۱

- اجتناب از نشستن طولانی مدت در صندلی و فشار بر زانوها و بی حرکتی طولانی
- خودداری از زور زدن ، بلند کردن اجسام سنگین و رانندگی طبق توصیه پزشک معالج
- تا حد امکان برای جلوگیری از فشار به بخیه ها از توالی فرنگی استفاده شود.

نام و نام خانوادگی بیمار:

تاریخ مراجعه بعدی:

واحد آموزش سلامت مرکز آموزشی و درمانی فوق تخصصی قلب سیدالشهدا

واحد آموزش سلامت