

محتوی کارت : مراقبتهای بعد از سزارین

بیمار گرامی :

لطفاً به نکات آموزشی زیر توجه نموده

- ۱- در صورت صلاحدید پزشک ۸ ساعت بعد از سزارین بایستی راه بروید - در تخت باید مرتب انگشتان پای خود را حرکت دهید تا خون در رگهای شما لخته نشود .
- ۲- انجام ورزشهای شکمی در ۶ هفته اول پس از سزارین ممنوع است .
- ۳- برداشتن بار سنگین تا ۳ ماه بعد از سزارین ممنوع است .
- ۴- از روز چهارم پس از عمل ف پس از باز کردن پانسمان خود حمام کنید ، از آن به بعد روز در میان حمام توصیه می شود تا از بروز عفونت جلوگیری گردد .
- ۵- روش مصرف داروهای نسخه شده را قبل از ترخیص از پرستار خود سوال کنید و طبق دستور پزشک مصرف نمایید .
- ۶- مواد غذایی پروتئین دار مثل (گوشت - شیر - تخم مرغ) و مواد آهن دار مثل (جگر - جعفری - شاهی - عدس پخته - میوه) استفاده نمایید از مواد غذایی استفاده کنید که موجب یبوست نشود . مثل (اسفناج ، کاهو و ورغن زیتون) از مواد غذایی نفاخ (لوبیا و نخود) کمتر استفاده نمایید . روزانه (۸-۶) لیوان مایعات مصرف نمایید تا دچار یبوست نشوید .
- ۷- در صورت شیردهی و عادت نشدن احتمال حاملگی شما وجود دارد و باید از روشهای جلوگیری از بارداری را انتخاب نمایید .
- ۸- تا ۶-۸ هفته اول بعد از سزارین مقاربت نداشته باشید و قبل از آن یک روش پیشگیری از بارداری را انتخاب نمایید .
- ۹- قرص آهن را تا سه ماه بعد از سزارین با دستور پزشک مصرف نمایید .
- ۱۰- لباسی که روی محل عمل قرار می گیرد ، حتما تمیز و خشک باشد .
- ۱۱- در صورت وجود هر گونه قرمزی ، گرما ، ترشح (چرکی یا خونی) و ورم در ناحیه برش عمل فوراً به پزشک معالج یا بیمارستان مراجعه نمایید .
- ۱۲- اگر شکم شل و آویزان باشد با استفاده از کمربندهای طبی نتیجه رضایت بخشی حاصل می شود .
- ۱۳- ترشحات واژن تا ۶ هفته بعد از عمل ممکن است ادامه یابد و در صورت ادامه بعد از ۶ هفته حتماً به پزشک مراجعه نمایید .
- ۱۴- ۸ تا ۱۰ روز بعد از عمل جهت کشیدن بخیه ها به بیمارستان یا پزشک مراجعه نمایید .

