

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

سقط فراموش شده

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

سقط فراموش شده طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

❖ درمان

✓ در بیشتر بیماران سقط خودبخود صورت می‌گیرد اما ممکن است زمان بر بوده و برای بیمار از نظر روانی مشکل ساز شود. از این رو تخلیه رحم به روش کورتاژ یا تحریک زایمان با دارو انجام می‌گیرد. با جراحی (کورتاژ) بافت‌های باقیمانده در رحم خارج و جلوی خطر عفونت گرفته می‌شود.

❖ اقدامات قبل از کورتاژ

✓ قبل از رفتن به اتاق عمل برای شما سرم وصل شده و برای پیشگیری از عفونت طبق دستور پزشک آنتی بیوتیک تزریق می‌شود.

✓ شب قبل از عمل، شام سبک مثل سوپ یا سالاد بخورید. بعد از نیمه شب و صبح قبل از عمل، از خوردن و آشامیدن اجتناب کنید. حتی چای، قهوه و آب هم ننوشید.

✓ قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه (ادرار) را تخلیه نمایید.

✓ موه‌های موضع عمل، قبل از عمل باید تراشیده شود.

✓ 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.

✓ عمل شما تحت بیهوشی عمومی یا موضعی انجام می‌شود.

✓ برای مراقبت و بهبودی خود بعد از عمل برنامه ریزی کنید. فردی را بیابید که بعد از عمل جراحی از شما مراقبت کند.

❖ رژیم غذایی و تغذیه

✓ بعد از عمل جراحی و پس از هوشیار شدن و با نظر پزشک و همچنین در صورت نداشتن حالت تهوع، رژیم مایعات شروع کنید.

✓ در صورتی که حالت تهوع و استفراغ داشتید از خوردن و آشامیدن خودداری نمایید.

❖ فعالیت

✓ بهتر است در تخت استراحت نمایید.

✓ در بستر انگشتان و مچ پاها را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود.

✓ در صورت اجازه پزشک برای خروج از تخت ابتدا نشسته و سپس پاهای خود را از لبه تخت آویزان نمایید و در صورت نداشتن سرگیجه با کمک همراه خود و یا پرستار از تخت خارج شوید.

❖ مراقبت

✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.

✓ در صورت خونریزی شدید به پرستاران بخش اطلاع دهید.

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

سقط فراموش شده

✓ از دستکاری سرم ها و رابط های متصل به خود خودداری کنید.

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

سقط فراموش شده

❖ مراقبت

- ✓ به توصیه پزشک مبنی بر استراحت در بستر اهمیت دهید.
- ✓ در صورتی که گروه خون مادر منفی است بایستی پس از سقط جهت تزریق آمپول روگام با پزشک مشورت شده و اقدام لازم انجام شود.
- ✓ از روش‌های پیشگیری از بارداری بعد از سقط استفاده کنید.
- ✓ بهبودی پس از سقط جنین ممکن است از چند ساعت تا چند روز طول بکشد.
- ✓ از گذاشتن دوش واژینال و یا تامپون تا 2 هفته پس از سقط حذر کنید.
- ✓ شروع پریود بعدی پس از سقط ممکن است تا 6 هفته بطول بکشد اما شما 2 هفته پس از سقط می‌توانید از روش‌های ضد بارداری نظیر قرص جلوگیری و یا IUD استفاده کنید.
- ✓ حداقل یک ماه قبل از تصمیم برای بارداری بعدی صبر کنید.
- ✓ آنتی بیوتیک‌ها را طبق دستور پزشک و در فواصل منظم استفاده کنید.

❖ فعالیت

- ✓ تا حد ممکن تا 48 ساعت بعد از سقط فعالیت‌هایتان را کم کنید و استراحت نمایید.
- ✓ از انجام ورزش‌های سنگین خودداری نمایید.
- ✓ از برقراری رابطه جنسی تا 2 هفته پس از سقط خودداری کنید.
- ✓ از بلند کردن اجسام سنگین و ایستادن طولانی تا مدت 6 هفته بعد از عمل خودداری کنید.

❖ رژیم غذایی و تغذیه

- ✓ اگر خونریزی و انقباضات رحمی شدید باشد، تنها مصرف مایعات توصیه می‌شود.
- ✓ پس از سقط رژیم غذایی باید در جهت تقویت فرد تنظیم شود.
- ✓ از مصرف غذاهای نفاخ اجتناب کنید.
- ✓ جهت جلوگیری از یبوست رژیم غذایی پرفیبر (میوه و سبزیجات) و مایعات مصرف کنید.

❖ زمان مراجعه بعدی

- ✓ در صورت مشاهده علائم سقط فراموش شده مانند وجود لکه بینی بدون درد در دوران بارداری فوراً زن باردار را نزد پزشک ببرید.
- ✓ در صورت توصیه پزشک به استراحت در منزل به محض افزایش میزان خونریزی یا ادامه خونریزی پس از استراحت، به بیمارستان مراجعه نمایید.
- ✓ تا دو هفته بعد از عمل کورتاژ باید تحت نظر باشید و در صورت بروز عوارض احتمالی مانند تب، لرز، خونریزی شدید و درد به پزشک مراجعه کنید.