

فیبروآدنوم پستان

شماره پرونده:			نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج:
					اتاق:	
					تخت:	
نام پدر:			تاریخ تولد:	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:	
			جنس: ☐ زن ☐ مرد			

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

مراقبت در منزل:

- جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر مانند میوه‌ها و سبزیجات حاوی سیبوس و مایعات فراوان استفاده کنید.
- از خوردن غذاهایی چرب و سرخ‌کردنی خودداری کنید. نمک رژیم غذایی نیز باید کم شود.
- این بیماران نیاز به کالری و پروتئین مانند گوشت کافی برای پیشرفت بهبودی، بدست آوردن توان و قدرت و داشتن وزن سالم دارند.
- جهت بهبود اشتها، غذا در وعده‌های زیاد و با حجم کم مصرف شود و از خوردن غذاهای سنگین و نفاخ اجتناب نمایید.
- محدودیتی در انجام هر گونه فعالیتی وجود ندارد. اما باید از فعالیت‌های سنگین که ممکن است باعث وارد آمدن آسیب به پستان‌ها شوند خودداری گردد.
- در صورت انجام جراحی جهت کاهش حس کشیدگی و سوزش در ناحیه زیر بغل و بازو، ورزش‌های دست و بازو را انجام دهید و از بلند کردن اشیاء سنگین مانند بسته و کیف دستی سنگین خودداری نمایید.
- پس از تشخیص، پستان‌ها باید هر ماهه درست قبل یا به هنگام شروع عادت ماهانه توسط خودتان از نظر به وجود آمدن توده‌های جدیدتر یا تغییر در توده‌های قبلی بررسی شوند. در صورت بروز هر گونه تغییر به پزشک باید اطلاع داده شوند.
- با مشورت پزشک سالانه حداقل یک بار برای معاینه پستان یا سایر بررسی‌ها به پزشک خود مراجعه نمایید. اگر سابقه سرطان در خانواده شما وجود دارد، امکان دارد نیاز به انجام معاینات به فواصل کم‌تر باشد. توده‌های پستانی مرتباً ظاهر و پس از مدتی برطرف می‌شوند. البته بعضی از توده‌ها از بین نمی‌روند و به طور دائمی باقی خواهند ماند. این توده‌ها سلامتی را به خطر نمی‌اندازند.
- پانسمان محل جراحی را به روش استریل و در فاصله زمانی توصیه شده پزشک توسط پرسنل درمانی انجام شود.
- معمولاً تا ۷ روز، هر روز یک پانسمان خشک روی ناحیه برش قرار داده می‌شود بعد از بهبودی کامل برش (۶-۴ هفته) می‌توان برای افزایش نرمی و حالت ارتجاعی پوست از لوسیون یا کرم استفاده کرد.
- از گرفتن فشارخون، تزریق و گرفتن خون از دست عمل شده خودداری نمایید.
- از آفتاب سوختگی پرهیز کنید، لباس‌های محافظ بپوشید، و هنگام آشپزی و برداشتن اشیاء داغ از روی گاز، دستکش بلند بپوشید.
- جهت تسکین درد از دارو مسکن تجویز شده طبق دستور پزشک استفاده نمایید.
- داروهای تجویز شده توسط پزشک مانند آنتی‌بیوتیک را در ساعات معین مصرف نمائید و دوره درمان را کامل کنید.

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

- جهت کشیدن بخیه‌ها ۱۰-۷ روز بعد از عمل مراجعه کنید.
- جهت دریافت نتیجه پاتولوژی به بیمارستان مراجعه و نتیجه را به رویت پزشک معالج برسانید.
- اگر هر کدام از موارد زیر وجود داشت:
- در صورت مشاهده هر گونه ترشح، خونریزی، تغییر رنگ یا تورم محل عمل جراحی
- متوجه تغییراتی در توده شده‌اید، یا توده‌های جدید ظاهر شد.
- ترشح از نوک پستان وجود داشته باشد.
- دو سال است که معاینه پستان توسط پزشک انجام نشده است.
- اگر پس از شروع درمان علائم بدتر شوند و یا رو به بهبودی نگذارند.
- اگر علائم جدید ایجاد شد.