

فرم شماره ۲- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

مسمومیت بارداری

شماره پرونده:		
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: ☐ زن ☐ مرد	تشخیص (علت بستری):
تاریخ پذیرش:		
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: - از رژیم غذایی کم نمک استفاده نموده و از استفاده نمک خارجی مانند خوردن خیار با نمک و آجیل پرهیز کنید. - روزانه ۶ تا ۸ لیوان آب بنوشید. - از مصرف الکل خودداری کنید و مصرف کافئین را کم کنید (چای، قهوه و...) - با مشورت پزشک از مواد معدنی روی (موجود در گوشت و ماهی)، منیزیم (موجود در سبزیجات با برگ سبز تیره به ویژه نخود سبز) استفاده کافی کنید. - تخم مرغ را حداقل ۲ بار در هفته (به استثناء کسانی که مسمومیت حاملگی شدید دارند و دارای سوزش سردل می باشند) استفاده کنید. - در صورت استراحت کامل، هر لحظه یک عضله بدن را شل و سفت کنید، پا و دست خود را بچرخانید و عضلات بازو را شل کنید. - بیشتر مواقع استراحت کنید بر روی دست چپ بخوابید. - روزانه خود را وزن و آن را ثبت کنید. - از یک آزمون خانگی برای تعیین وجود پروتئین در ادرار استفاده کنید. - در محیطی آرام و بدون وجود عوامل محرک و با نور کم استراحت کنید. - فشار روانی نداشته باشید و سعی کنید به اطرافیان و محیط اطراف خود حس خوبی داشته باشید. - تورم، ظرف یک هفته و فشار خون، ظرف دو هفته پس از زایمان به حالت طبیعی برمی گردد. - بعد از به دنیا آمدن کودک، تا چند روز در بیمارستان تحت نظر قرار می گیرید و از نظر فشارخون و سایر عوارض کنترل می شوید. - فشار خون حاملگی مانعی برای مصرف قرص های آهن در دوران بارداری و بعد از زایمان نمی باشد. - اگر داروهای ضد پرفشاری خون برای کاهش فشار خون و ضد تشنج برای پیشگیری از تشنج تجویز شده است، طبق نظر پزشک مصرف کنید. - به طور منظم جهت اندازه گیری فشارخون و آزمایش ادرار و همچنین سونوگرافی و تست بدون استرس (NST) به پزشک معالج خود مراجعه کنید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - در صورت بروز علائمی مانند اختلال بینایی، سردردهایی که با مسکن بهبود نمی یابد، ورم دست و پا، سوزش سردل، استفراغ، تنگی نفس، افزایش وزن ناگهانی، سرگیجه، تب، سوزش ادرار، درد زیر شکم، خونریزی، آبریزش و درد زایمانی (سریعاً به بیمارستان مراجعه کنید) - اگر در طول درمان یک یا چند مورد از موارد مانند سردرد شدید یا اختلال بینایی، افزایش وزن به میزان بیش از ۱۳۵۰ گرم در ۲۴ ساعت، تهوع، استفراغ و اسهال، دردها و گرفتگی عضلات شکم را مشاهده کردید نیز به پزشک مراجعه کنید - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی		