



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

پیس میکرداخلی

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 : - غذاهای فیبر دار مانند غلات، حبوبات، میوه و سبزی (سالاد بدون سس همراه با آبلیمو و سرکه) مصرف کنید. - گوشت سفید مانند مرغ و ماهی به خصوص اگر آب پز یا کبابی باشد بهتر است. - از خوردن چای و قهوه پر رنگ و نوشیدنی های حاوی کافئین خودداری کنید. - حتی المقدور از مصرف چربی، نمک، شیرینی، یک خامه ای، گوشت قرمز و غذاهای چرب پرهیز کنید. - به تدریج که احساس بهبود پیدا کردید، فعالیت هایی را که در زندگی عادی و طبیعی خود داشتید از سر بگیرید. با نظر پزشک فعالیت هایی نظیر مسافرت، رانندگی، استحمام، حتی شنا و ورزش با داشتن پیس میکرد، پرهیز یا ممنوعیت خاصی به همراه ندارد. - از فعالیت هایی که ایجاد ناراحتی تنفسی، خستگی زیاد و درد قفسه سینه می کند خودداری کنید. - از پوشیدن لباس های تنگ و محدود کننده که منجر به سایش محل برش می شود اجتناب کنید. - استعمال دخانیات را متوقف کنید. - بجای سه وعده غذا از پنج وعده غذای سبک استفاده کنید. - از افزایش وزن جلوگیری کنید و با نظر پزشک مسئول سعی در کاهش وزن داشته باشید. - پس از صرف غذا 15-30 دقیقه استراحت کنید و از پرخوری و عجله کردن هنگام غذا خوردن خودداری کنید. - برای حداقل ۲ هفته از تماس جنسی خودداری کنید. - از حضور در حمام خیلی گرم و خیلی سرد و همچنین قرار گرفتن در هوای سرد یا گرم و راه رفتن در باد خودداری کنید. - استفاده از تلفن همراه محدودیت ندارد، قراردادن تلفن در فاصله حداقل ۱۵ سانتی متری و صحبت کردن با گوش سمت مقابل تعبیه پیس میکرد کافیست. هم چنین تلفن همراه را در جیب سمت مقابل تعبیه باطری قرار دهید. - در فرودگاه از گیت های فلز یاب عبور نکنید و با ارائه کارت شناسائی خود درخواست کنید که فقط بازرسی بدنی با دست شوید. - 4-6 هفته طول می کشد تا بهبودی لازم حاصل شود. در طول این مدت همیشه قرص (TNG زیربانی) همراه داشته باشید. - با نظر پزشک 10 الی 14 روز بعد از تعبیه پیس میکرد جهت کشیدن بخیه ها مراجعه کنید. - با نظر پزشک اولین تاریخ معاینه بعد از گذاشتن باطری دائم، ۱ ماه بعد از ترخیص می باشد که باطری شما مجدداً تنظیم می شود. - با نظر پزشک و در صورت نبودن مشکل خاصی هر ۶ ماه یکبار به پزشک معالج پیس میکرد مراجعه کنید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - در صورت بروز علائمی مانند اشکال در تنفس، سرگیجه، دوران سر، ضعف و حالت غش و طولانی شدن خستگی، ابتدا مبادرت به شمارش نبض نموده و متعاقباً فوراً مراتب را به پزشک معالج گزارش دهید. - در صورت افزایش و یا کاهش تعداد نبض، تب، تورم، قرمزی و احیاناً وجود ترشحات در محل تعبیه پیس میکرد - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی		