

آماده شدو بلده جراحی و چک لیست بهبودی مه

1 حمایت مونه

- شخص حمایت مه ☐
- مه تیم مراقبت های صحنی خوره میشناسم ☐
-

2 آیا جراحی بلده ازمه مناسب استه؟

- ☐ مه د مورد حساسیت ها و سابقه صحنی
خو به تیم مراقبت های صحنی خو گفتم
- ☐ مه قد تیم مراقبت صحنی خود د مورد
گزینه های جراحی خو صحبت کیدوم
- ☐ مه د تصمیم گیری مشترک اشتراک کیدوم
- ☐ تیم طبعی مه تکلیفی های طبعی مه ره
بررسی کیده

یادداشتا

3 کارهایی که خودم می تنوم انجام بیدیم

مه یک برنامه دیروم تا صحت و تناسب اندام خوره پیش از عملیات حفظ کنم بشمول:

- ☐ قد تغذیه خوب وزن خوره خوبتر کیدو و
حفظ کنوم
- ☐ قد ورزش کیدو توانایی خوره ایجاد کیده و
حفظ کنوم
- ☐ سلامت عاطفی
- ☐ کاهش یا توقف الکول
- ☐ توقف سیگرت
- ☐ توقف استفاده از مواد مخدر غیرقانونی
- ☐ اگه مه د ایجاد تغییرات سبک زندگی نیاز
به کمک دیشه باشم قد تیم مراقبت های
صحنی خود صحبت کیدوم

یادداشتا

4 چیزهایی که مه قد شی به کمک نیاز دیروم

☐ تکلیفی های طبی مه بطور مثال کم خونی، امراض قلبی، فیبریلاسیون دهلیزی (ریتم غیرعادی قلب)، بیماری شکر، فشار خون بالا یا پایین.

☐ مه یک وعده ملاقات ره قد داکتر عمومی خو گرفتوم تا د مورد مدیریت موارد زیر بحث کنوم:

☐ دواپی مه

☐ صحت روانی مه

یادداشتا

5 تست های پیش از عملیات مه

☐ مه هر نوع تست پیش از جراحی بشمول تست خون یا اسکن ره ترتیب کیدوم

یادداشتا

6 آماده شدن از-قبل بلده مرخصی مه به خانه

☐ مه بلده مراقبت از حیوانات خانگی/ وابستگان/خانواده خو برنامه ریزی کیدوم

☐ مه پرسیدوم که تا چه مدت د شفاخانه خواد مندوم

☐ اگه شرایط مه تغییر کیده باشه، مه به تیم مراقبت های صحنی خود خبر کیدوم

☐ مه موغاموم که چی کسی مره از شفاخانه تحویل گرفته به خانه موبره

☐ مه موغاموم که متوجه چه علایم و نشانه ها باید باشم و چه زمانی نیاز به کمک گرفتو دیروم

☐ مه موغاموم که چی کسی بلده یک شب از مه مراقبت خواد کد (جراحی روز)؟

☐ مه ترتیب کیدوم تا از کار مرخصی داشته باشم

یادداشتا

7 گزینه های مرخصی مه چی استه:

☐ مه گزینه های مرخصی خو ره موغاموم

☐ مه د باره برنامه مرخصی خو قد تیم مراقبت های صحنی خو بحث کیدوم

یادداشتا