

RECOMENDACIONES DE ENFERMERIA AL ALTA



Área I
Murcia Oeste
Unizasa

ETIQUETA DEL PACIENTE

DATOS DE CONTACTO

UNIDAD DE HOSPITALIZACIÓN: 4ª

HOSPITAL MATERNAL

TLF: 968369868

ENFERMERA/O REFERENCIA:

ABORTO DIFERIDO

Este documento tiene como OBJETIVO proporcionar información precisa y útil sobre los cuidados y recomendaciones a tener en cuenta por parte del paciente y familiares al alta hospitalaria.

HÁBITOS, TRATAMIENTO, ENFERMEDADES ANTERIORES.

PATRON PERCEPCION-MANEJO DE LA SALUD.

- Evite el consumo de tabaco y alcohol.
- No tome ningún medicamento que no le haya prescrito un médico.

DIETA

PATRON METABOLICO-NUTRICIONAL

- Siga una dieta variada y equilibrada rica en hierro (legumbres, frutas y verduras) y en calcio (leche, yogures y queso fresco).
- Para evitar el estreñimiento, beba mucha agua, tome alimentos ricos en fibra (cereales integrales, legumbres, frutas y verduras) y realice paseos diarios.

PATRON ELIMINACION.

- Deberá evitar el estreñimiento.
- Vigilará la aparición de escozor / dolor al orinar.

HIGIENE Y EJERCICIO FÍSICO

PATRON ACTIVIDAD-EJERCICIO.

HIGIENE

- Cuide la higiene personal, siendo preferible la ducha al baño.
- No utilice tampones, utilice compresas.

RECOMENDACIONES DE ENFERMERIA AL ALTA



Área I
Murcia Oeste
Unisaca

- Procurar el uso de materiales naturales: hilo, algodón.

RECOMENDACIONES SOBRE EJERCICIO FÍSICO

- Realice paseos diarios.
- Evite el esfuerzo y el ejercicio físico intenso.
- Aumente progresivamente su actividad física, siempre según sus condiciones, hasta llegar a su actividad física habitual.

RECOMENDACIONES DE DESCANSO Y SUEÑO

PATRON DESCANSO-SUEÑO.

ORGANOS DE LOS SENTIDOS Y DOLOR.

PATRON COGNITIVO-PERCEPTUAL.

¿CÓMO SE SIENTE?

PATRON AUTOPERCEPCION-AUTOCONCEPTO.

- Si usted se encuentra triste por la pérdida de su hijo, tómese un tiempo para el duelo.
- Tenga en cuenta que durante un tiempo, se considera normal que usted tenga esos sentimientos.
- Si usted necesita ayuda para superarlo, contacte lo antes posible con su médico de centro de salud.

FAMILIA, TRABAJO, VIDA SOCIAL

PATRON ROL-RELACIONES.

PATRON SEXUALIDAD-REPRODUCCION

- Evite las relaciones sexuales durante 20 días aproximadamente y utilice preservativo.
- Después de tres Ciclos Menstruales (cuando tenga 3 veces la regla), puede intentar quedarse embarazada si así lo desea.

ACTITUD Y ADAPTACIÓN A SU ENFERMEDAD

PATRON ADAPTACION-TOLERANCIA AL ESTRÉS.

VALORES Y CREENCIAS

PATRON VALORES-CREENCIAS.

SIGNOS DE ALARMA / DONDE ACUDIR

- Fiebre superior a 38.5 ° C
- Flujo maloliente o aumento del mismo.
- Dolor abdominal o fuerte dolor lumbar
- Dolor, escozor y ganas frecuentes de orinar
- Hinchazón o dolor fuerte en una pierna

Si usted presenta alguno de estos síntomas, acuda a la Puerta de Urgencias del Hospital Maternal Virgen de la Arrixaca.