

RECOMENDACIONES DE ENFERMERIA AL ALTA



ETIQUETA DEL PACIENTE

DATOS DE CONTACTO

UNIDAD DE HOSPITALIZACIÓN:

Gestantes, Planta 1ª1ª

HOSPITAL MATERNAL

TLF: **968/369613 ó 968/369614**

ENFERMERA/O REFERENCIA:

HIPEREMESIS

Este documento tiene como OBETIVO proporcionarle la información precisa y útil sobre los cuidados de enfermería y recomendaciones que debe tener en cuenta usted y su familiar al alta hospitalaria.

HÁBITOS Y TRATAMIENTO

PATRON PERCEPCION-MANEJO DE LA SALUD.

- Evite el consumo de tabaco y alcohol.
- Tome solo la medicación prescrita por su médico.

CONSEJOS DE ALIMENTACIÓN

PATRON METABOLICO-NUTRICIONAL

- Siga una dieta variada y equilibrada.
- Consuma alimentos de manera frecuente y en pocas cantidades.
- Evite el consumo de alimentos ricos en grasas, fritos, olores fuertes y comidas muy especiadas.
- Los alimentos sólidos y semisólidos se toleran mejor que los líquidos.
- Los alimentos calientes y fríos se toleran mejor que los templados.

PATRON ELIMINACION

- Deberá evitar el estreñimiento.

HIGIENE Y EJERCICIO FÍSICO

PATRON ACTIVIDAD-EJERCICIO.

- Cuide la higiene personal y evite aromas intensos.
- Realice paseos diarios.
- Realice ejercicios de relajación.

RECOMENDACIONES DE ENFERMERIA AL ALTA



Área I
Murcia Oeste
Arrixaca

RECOMENDACIONES DE DESCANSO Y SUEÑO

PATRON DESCANSO-SUEÑO.

- Duerma entre 6 y 8 horas diarias.
- Evite el cansancio por falta de sueño.

ORGANOS DE LOS SENTIDOS Y DOLOR.

PATRON COGNITIVO-PERCEPTUAL.

- Evite los olores fuertes e intensos.

¿CÓMO SE SIENTE?

PATRON AUTOPERCEPCION-AUTOCONCEPTO.

FAMILIA, TRABAJO, VIDA SOCIAL

PATRON ROL-RELACIONES.

- Puede realizar sus actividades de entretenimiento habituales.

PATRON SEXUALIDAD-REPRODUCCION

- Si usted lo desea, puede mantener relaciones sexuales.

ACTITUD Y ADAPTACIÓN A SU ENFERMEDAD

PATRON ADAPTACION-TOLERANCIA AL ESTRÉS.

VALORES Y CREENCIAS

PATRON VALORES-CREENCIAS.

SIGNOS DE ALARMA / DONDE ACUDIR

- Vómitos continuos.
- No tolerar ningún tipo de alimento sólido ni líquido.
- Aumentos de la frecuencia cardiaca.
- Mareos intensos.

Ante la aparición de cualquiera de esto signos y síntomas acuda a la puerta de urgencias del Hospital Maternal "Virgen de la Arrixaca".