

			شماره پرونده:
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
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 غذاهای سالم استفاده کنید. مصرف کافی ویتامین‌ها و مواد معدنی، گوشت‌های کم چرب و محصولات لبنی، میوه و سبزیجات و غلات کامل را به رژیم غذایی خود اضافه کنید. - از مصرف نوشیدنی‌های الکلی اجتناب کنید. - از فشارهای روحی، عصبانیت، فعالیت بدنی بیش از اندازه و انجام فعالیت‌های سنگین مانند: کوهنوردی، غواصی، وزنه برداری و ... به خصوص در گرما اجتناب کنید. - از حضور در مکان‌های آلوده و در معرض مواد سمی یا محیط‌های خیلی بسته اجتناب کنید. - از پاهایتان مراقبت کنید و آن‌ها را به طور روزانه بررسی و در صورت بروز بریدگی، تاول و پینه برای درمان اقدام کنید. - بصورت روزانه ورزش کنید. قدم زدن و انجام ورزش‌های سبک می‌توانند در بهبود وضعیت جسمانی کمک کننده باشد. - از استعمال سیگار و سایر دخانیات اجتناب کنید. - در مورد رانندگی کردن با پزشک خود مشورت کنید. - در صورت ابتلا به دیابت، قند خون خود را کنترل کنید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - افزایش قرمزی، ترشح، افزایش مایع و تورم، نشت مایع در محل عمل - افزایش شدت سردرد - خواب آلودگی و کسالت - ضعف و ناتوانی - گیجی - مشکل در تکلم - افتادن - اختلال در دید - حمله صرع یا تشنج - حالت تهوع و استفراغ - حساسیت پوستی - احساس درد یا تورم در پا و ماهیچه ساق پا - تب بالا و تعرق و گرفتگی عضلات گردن/بیقراری - درد در ناحیه قفسه سینه یا مشکل در تنفس - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی			