

آمنوره (قطع قاعدگی)

			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: - با مشورت پزشک، از رژیم غذایی سالم و متعادل سرشار از مواد مغذی و میوه و سبزیجات استفاده کنید. - زیر نظر پزشک از مواد غذایی که باعث افزایش اشتها می شوند، استفاده کنید. - از ورزش و فعالیت بیش از حد خودداری کنید. - از روش های کنترل استرس مانند مطالعه، گوش دادن به موسیقی، تماشای فیلم و ... استفاده کنید. - در صورت پایین بودن بیش از حد وزن بدن، با پزشک جهت بهبود وضعیت جسمانی خود مشورت کنید. - تاریخ شروع و پایان چرخه قاعدگی خود را یادداشت کرده و در مراجعه به پزشک همراه خود داشته باشید. - از استعمال سیگار و دخانیات و مصرف مشروبات الکلی اجتناب کنید در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - حداقل به مدت سه دوره، قاعدگی تان قطع شده است. - سن شما ۱۵ یا بیشتر است و تاکنون عادت ماهیانه را تجربه نکرده اید. - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی			