

فرم شماره ۲- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

ایدز

شماره پرونده:		
نام خانوادگی:	نام:	بخش:
		اتاق:
		تخت:
نام پدر:	تاریخ تولد:	تشخیص (علت بستری):
	جنس: ☐ زن ☐ مرد	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: - مصرف میوه، سبزیجات تازه، غلات کامل و پروتئین ها را در رژیم غذایی خود افزایش دهید. - از مصرف لبنیات غیر پاستوریزه، تخم مرغ و غذاهای دریایی و گوشت خام، پرهیز کنید. - در طول روز به میزان کافی مایعات بنوشید. - از مصرف نوشیدنی های حاوی کافئین و یا آب میوه های حاوی مواد نگه دارنده خودداری کنید. - از انجام رفتارهای جنسی پر خطر و برقراری روابط جنسی با چند نفر خودداری کنید. - در هنگام برقراری رابطه ی جنسی با شریک جنسی خود، از کاندوم استفاده کنید. - درباره برقراری رابطه ی جنسی با پزشک خود مشورت کنید. - استراحت کافی داشته باشید. - به طور منظم ورزش کنید. - از مصرف دخانیات و نوشیدنی های الکلی، اجتناب کنید. - سعی کنید از روش های مناسب خود، به منظور کنترل استرس استفاده کنید. - در صورت نیاز، می توانید به گروه های حمایت از بیماران مبتلا به hiv ملحق شوید. - از کار کردن در محیط های آلوده و یا قرار گرفتن در معرض آلودگی های محیطی اجتناب کنید. - در صورتی که با حیواناتی مانند پرنده، گربه یا سگ در ارتباط هستید، از تماس زیاد با این حیوانات خودداری کنید و این حیوانات را زیر نظر متخصص نگهداری کنید. - از تماس با افرادی که ممکن است بیماری های واگیردار داشته باشند، خودداری کنید. - وسایل شخصی خود را با دیگران به اشتراک نگذارید. - در صورت تجویز دارو توسط پزشک، داروهایتان را به طور منظم و دقیق مصرف کنید. - از مصرف خودسرانه ی دارو و سایر مکمل ها اجتناب کنید. - واکسن های مورد نیاز خود را با نظر پزشک معالجتان دریافت کنید. - جلسات ملاقات با پزشک را به منظور معاینات و انجام درمان های لازم، پیگیری کنید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - تب، سردرد به ویژه در ناحیه پشت سر، تهوع، استفراغ جهنده، تشنج، اختلال در سطح هوشیاری از منگی و خواب آلودگی تا کما، خم شدن لگن و زانوی بیمار هنگام خم شدن گردن، حساسیت به نور خونریزی زیر پوستی - علائم شبه آنفلوآنزا، زرد شدن پوست یا صلبیه، خونریزی غیر عادی - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی		