

بورسیت

			شماره پرونده:
نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج:
		اتاق:	
		تخت:	
نام پدر:	تاریخ تولد:	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:
	جنس: ☐ زن ☐ مرد		
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:			
- رژیم غذایی خاصی توصیه نمی شود ولی در این مورد می توانید با پزشک یا کارشناس تغذیه مشورت کنید. - به مفصل آسیب دیده خود استراحت دهید و از انجام فعالیت ها یا ورزش هایی که باعث فشار به آن می شوند، اجتناب کنید. - به منظور کاهش درد و تورم هر روز چند بار به مدت 10 الی 20 دقیقه کیسه یخ روی محل قرار دهید. - به منظور کاهش تورم و درد می توانید از بريس یا آتل های مناسب استفاده کنید. همچنین در صورتی که شغل و فعالیت شما ایستاده است، حتما از زانو بند استفاده کنید. - برای جلوگیری از سفتی مفصل، تا جایی که می توانید مفصل خود را به آرامی حرکت دهید. - داروهای تجویز شده از طرف پزشک معالج (آنتی بیوتیک ها، ضد درد ها، ضد التهاب و ...) باید در فاصله زمانی معین و یک دوره کامل مصرف شوند. - جهت تسکین درد طبق دستور پزشک از مسکن استفاده کنید. - در صورت توصیه پزشک، تمرینات کششی خود را به طور منظم انجام دهید. - جلسات ملاقات با پزشک خود را دنبال کنید.			
در صورت مشاهده علائم زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید			
- افزایش درد، التهاب، گرمی و قرمزی محل - ترشح چرک از ناحیه - تب - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی			