

فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

خونریزی گوارشی

شماره پرونده:			نام خانوادگی:
نام:	بخش:	پزشک معالج:	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:			
- از مصرف ادویه ها، الکل، قهوه، چای، نوشابه های گازدار، مرکبات، محصولات، که از گوجه فرنگی تولید می شوند شکلات و نمک خودداری کنید. - از مصرف پوست مواد غذایی (پوست میوه ها و سبزیجات)، به ویژه در بیمارانی که فاقد دندان می باشند یا دندان های مصنوعی دارند، خودداری کنید. - چربی غذا را کاهش دهید و از خوردن سرخ کردنی ها و غذاهای تند، جداً پرهیز کنید. - انجام ورزش به طور منظم موجب پیشگیری از خونریزی های دستگاه گوارشی می شود. - از مصرف انواع دخانیات و سیگار خودداری کنید. - به جای 3 وعده غذایی، 5 تا 6 وعده غذای سبک مصرف کنید. - از پرخوری پرهیز کنید. - قبل و بعد از وعده غذایی، کمی استراحت کنید. باید موقع غذا خوردن هیچ گونه اضطراب و ناراحتی نداشته باشید. - آهسته غذا بخورید و خوب بجوید. - 3 ساعت قبل از خوابیدن، از خوردن غذا خودداری کنید. - از مصرف وعده غذایی حجیم قبل از خواب اجتناب کنند. - سر را در هنگام خوابیدن بالا قرار دهید. - وزن خود را کاهش دهید. - از مصرف داروها و مسکن ها بدون اجازه پزشک خودداری کنید. - در صورتی که آنتی بیوتیک برای شما تجویز شد آن را سر ساعت مصرف کنید و پس از اتمام آن به پزشک مراجعه کنید. از قطع دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید. - در فواصل منظم و مشخص شده توسط پزشک جهت ادامه درمان مراجعه کنید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - استفراغ خونی یا اسهال سیاه و شل - دفع خون از مقعد - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی			