

فرم شماره ۲- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

زگیل ناحیه تناسلی

شماره پرونده:		
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:
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: - رژیم غذایی غنی از انواع سبزیجات، میوه های تازه برای تقویت سیستم ایمنی بدن داشته باشید. - مصرف مواد غذایی غنی از پروتئین مانند ماهی، انواع مغزهای خوراکی آجیل و ... را افزایش دهید. - کلم، ترب کوهی، شاهی، شلغم، کلم بروکلی و گل کلم را در برنامه روزانه خود قرار دهید. - سبزیجات غنی از بتا کاروتن مانند هویج، کدو، گوجه فرنگی، کدو تنبل و کاهو را در رژیم غذایی خود قرار دهید. - افزایش مصرف حبوبات، غلات غنی شده، مارچوبه، تخم مرغ، پرتقال، و توت فرنگی. - افزایش مصرف مواد غذایی غنی از ویتامین ث مانند: فلفل زرد و قرمز زنگ، کلم پیچ، کیوی، کلم بروکلی، انواع توت ها، پرتقال و گلابی. - در مصرف گوشت دقت کنید. مصرف گوشت قرمز را که حاوی کلسترول بد می باشد محدود کرده و از انواع گوشت های کم چرب استفاده کنید. - از مصرف مقدار زیاد شکر، انواع غذاهای فرآوری شده مانند نان سفید و ماکارونی، مواد دارای اسیدهای چرب مضر مانند انواع بیسکویت ها، دونات، مارگارین، سیب زمینی سرخ شده و یا حلقه های پیاز سرخ شده خودداری نمایید. - از مصرف کافئین و انواع دخانیات خودداری نمایید. - تا درمان کامل زگیل ناحیه تناسلی از انجام هر گونه فعالیت جنسی خودداری نمایید. - حین داشتن رابطه جنسی از کاندوم استفاده کنید. پس از اتمام رابطه جنسی ناحیه تناسلی خود را کاملاً تمیز با آب و صابون بشویید. - زگیل ها از نظر اندازه، متفاوت هستند، در صورت عدم درمان به موقع، تراشیدن موضع با تیغ، خاراندن و دستکاری، استفاده از داروهای موضعی نامناسب؛ تعداد و اندازه ضایعات بیشتر خواهد شد. - خانم های باردار یا خانم هایی که قصد بچه دار شدن دارند و مبتلا به زگیل تناسلی هستند، باید حتماً تحت درمان قرار بگیرند، چون اگرچه بندرت ولی احتمال انتقال به نوزاد وجود خواهد داشت. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - در یک فرد سالم، معمولاً زگیل ها، توسط سیستم ایمنی بدن، محدود و کنترل می شود؛ بنابراین در موارد زیر حتماً به پزشک مراجعه کنید. - افزایش سریع و پیشرونده ی تعداد یا اندازه زگیل ها. - عود مجدد، عفونت های مکرر. - سایر موارد نگران کننده و اورژانسی.		