

سندرم دوپویترن

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:					
- با مشورت پزشک یا کارشناس تغذیه از یک رژیم غذایی سالم و متعادل سرشار از میوه و سبزیجات تازه، غلات کامل، لبنیات کم چرب استفاده کنید. - با مشورت پزشک از مکمل های ویتامین E، زینک و منیزیم استفاده کنید. - از مصرف غذاهای سرخ کردنی، چربی، غذاهایی که باعث التهاب می شوند مانند غذاهای سرشار از ادویه و همچنین قندها و نوشیدنی های گازدار و نوشیدنی های حاوی مواد نگهدارنده را از رژیم غذایی خود حذف کنید. - از استعمال سیگار و سایر دخانیات یا قرار گرفتن در معرض دود سیگار اجتناب کنید. - از انجام فعالیت هایی که باعث وارد شدن فشار به کف دست می شوند، اجتناب کنید. - هنگام انجام کارهایی که مستلزم در دست گرفتن محکم اجسام است، از دستکش های ضخیم استفاده کنید. - در طول روز سعی کنید حداقل دو بار دست خود را ماساژ دهید و انگشتانتان را به آرامی به عقب بکشید. - جلسات فیزیوتراپی و انجام معاینات خود را به طور منظم دنبال کنید. - تمریناتی که پزشک برای بهبود وضعیت دستتان توصیه کرده است را انجام دهید. - داروهای تجویز شده توسط پزشکتان را به طور منظم و دقیق مصرف کنید. - در صورت مشاهده علائم زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - بی حسی در انگشتان دست - زخم شدن انگشتان یا کف دست - بدتر شدن وضعیت گرفتگی کف دست یا انگشتان - درد شدید دست - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی					