



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

لوسمی

شماره پرونده:

نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> 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:

- 8-10 لیوان مایعات در روز برای بزرگسالان و 6-4 لیوان برای کودکان مفید می باشد.
 - دریافت مقدار کافی پروتئین در بازسازی عضلات، استخوان ها، پوست، خون و تقویت سیستم ایمنی بیمار مبتلا به لوسمی نقش موثر دارد. از بهترین منابع پروتئین می توان به گوشت قرمز بی چربی، مرغ، ماهی، تخم مرغ، شیر و لبنیات، حبوبات، مغزها و دانه ها اشاره کرد.
 - استفاده از انواع میوه، آب میوه های طبیعی و سبزی های تازه و متنوع در برنامه وعده های غذایی بیمار به تأمین نیاز آن ها به ویتامین ها و مواد معدنی مورد نیاز کمک می کند.
 - هرگز مایعات خیلی سرد و خیلی گرم نخورید. اگر نوشابه گازدار می خورید صبر کنید تا گاز آن خارج شود.
 - استراحت در طول درمان مهم است ولی پزشکان توصیه می کنند تا حد توان به فعالیت های عادی خود ادامه دهید.
 - از حضور در مکان های پرجمعیت و عمومی خودداری کنید.
 - از تماس با افرادی که دچار سرما خوردگی و یا سایر بیماری های مسری هستند، اجتناب کنید.
 - ملاقات با مددکار اجتماعی، مشاور یا فرد مذهبی می تواند برای افرادی که می خواهند در مورد احساسات خود صحبت کرده و نگرانی خود را مطرح کنند، کمک کننده باشد.
 - شستشوی دهان با یک محلول آب نمک گرم ایجاد زخم های دهانی را کاهش می دهد. برای درست کردن آب نمک ، یک قاشق غذاخوری نمک را داخل 250 سی سی آب (معادل یک بطری نوشابه) حل کنید.
 - اگر به طور اتفاقی دست و یا ناحیه ای از بدن خود را بریدید ، زخم را تمیز و خشک نگه دارید.
 - برای جلوگیری از خراشیدگی لثه ها از مسواک نرم استفاده کنید.
 - به یاد داشته باشید که ایجاد محیطی گرم، شاد و دوستانه در کنار افراد خانواده و آشنایان در بهبود اشتها و بهتر غذا خوردن این بیماران موثر خواهد بود.
 - در تهیه و آماده سازی غذای آن ها موازین بهداشتی و ایمنی به طور کامل رعایت گردد.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- علائم عفونت مانند تب و لرز و ...
 - خونریزی از اندام های بدن
 - علائم جدید و غیر قابل توجیه در طول درمان
 - بدتر شدن علائم در طی درمان
 - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی