

نحوه استفاده از بریس مچ پا

			شماره پرونده:
نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج:
		اتاق:	
		تخت:	
نام پدر:	تاریخ تولد:	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:
	جنس: ☐ مرد ☐ زن		

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:

نحوه استفاده از بریس مچ پا

- کف پای خود را در قسمت زیرین بریس قرار دهید.
- بریس را در طرفین مچ پا به بالا بکشید.
- برای ثابت نگه داشتن بریس، بندها را روی بریس ببندید یا از یک الاستیک استفاده کنید.
- بندها یا روکش الاستیک را طوری تنظیم کنید که بریس بسیار نزدیک مچ پای شما قرار گیرد. بریس نباید شل یا خیلی محکم باشد.
- اگر بریس بسیار تنگ باشد، باید آن را به راحتی تنظیم کنید تا شل تر شود. اگر نمی‌توانید این کار را انجام دهید، به پزشک خود اطلاع دهید. اگر بریس باعث درد یا تورم می‌شود، از آن استفاده نکنید.

این دستورالعمل‌ها را در خانه دنبال کنید:

- طبق دستور پزشک از این بریس استفاده کنید.
- هنگام دوش گرفتن یا حمام، بریس را بردارید.
- اگر انگشتان پای شما گزگز می‌شود، بی‌حس می‌شود یا سرد و آبی می‌شود، بند را شل کنید.
- سعی کنید مچ پای خود را زیاد حرکت ندهید، اما هر از گاهی انگشتان پای خود را تکان دهید. این به پیشگیری از ورم کمک می‌کند.
- بریس خود را تمیز و خشک نگه دارید.

در موارد زیر کمک بگیرید:

- کبودی، تورم یا درد بیشتری دارید.
- بریس شما باعث درد یا تورم می‌شود.
- نمی‌توانید بریس خود را شل کنید.

در موارد زیر فوراً کمک بگیرید:

- انگشتان پای شما کبود یا سرد می‌شوند و وقتی آن را شل می‌کنید این حالت بهتر نمی‌شود.
- سایر موارد نگران کننده و اورژانسی