

فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

پیوند مغز استخوان

			شماره پرونده:
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
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: - از رژیم غذایی سالم و متعادل شامل میوه و سبزیجات تازه، غلات کامل، گوشت، مرغ و ماهی، حبوبات و چربی های سالم مانند روغن زیتون استفاده کنید. - از مصرف گریپ فروت یا آب گریپ فروت به دلیل تأثیر بر داروهای سرکوب کننده سیستم ایمنی، اجتناب کنید. - مصرف نمک را در رژیم غذایی خود محدود کنید. - از مصرف مشروبات الکلی اجتناب کنید. - به تدریج و با نظر پزشک معالج خود، فعالیت بدنی تان را افزایش داده و ورزش منظم داشته باشید. - از انجام ورزش های سنگین خودداری کنید. - از مصرف سیگار و سایر دخانیات یا قرار گرفتن در معرض دود سیگار خودداری کنید. - هنگام بیرون آمدن از منزل از کرم ضد آفتاب استفاده کنید. - معاینات پزشکی و غربالگری سرطان خود را دنبال کنید. - داروهای تجویز شده از طرف پزشک معالج را باید در فاصله زمانی معین و دوره کامل مصرف کنید. از قطع دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - بروز عوارض ناشی از پیوند - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی			