

فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

گیلن باره

شماره پرونده:		
نام خانوادگی:	نام:	بخش:
		اتاق:
		تخت:
نام پدر:	تاریخ تولد:	تشخیص (علت بستری):
	جنس: ☐ زن ☐ مرد	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 مایعات کافی و سبزیجات و میوه ها جهت جلوگیری از یبوست استفاده کنید. - غذا را در وعده های بیشتر و حجم کمتر استفاده کنید. - غذاهای نرم بخورید و در وضعیت کاملاً نشسته کمی گردن خود را خم کنید و آهسته غذا بخورید. - از آنجا که عضلات جویدن در هنگام صبح قوی تر هستند مقدار غذایی پر انرژی در صبحانه باید افزایش یابد. - حتی الامکان، فعالیت های روزانه خود را انجام دهید. - اندام های انتهایی را در وضعیت صحیح نگهداری کنید و روزی 2 بار ورزش های غیر فعال مانند شل و سفت کردن عضلات در محدوده حرکتی هر عضو انجام دهید. - اقدامات ایمنی در منزل اجرا شود، اطاق ها دارای نور مناسب باشد و از گذاشتن وسایل در وسط اتاق اجتناب کنید. - از یک چارچوب برای جلوگیری از تماس و فشار آوردن روانداز یا پتو به بدن استفاده کنید. - برای انجام کارهای شخصی از وسایل کمکی مانند عصا و واکر استفاده کنید. - از مصرف سیگار و الکل خودداری کنید. - از رفتن به جاهای شلوغ به خصوص در فصل سرما و تماس با بیماران مبتلا به بیماری های عفونی و سرماخوردگی خودداری کنید. - داروهای خود را طبق دستور پزشک و در فواصل منظم استفاده کنید. از قطع داروها بدون اجازه پزشک خودداری کنید در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - مشکلات تنفسی، تنگی نفس و تجمع خلط داخل حلق و فلج اندام های جدید و بی اختیاری ادرار و مدفوع و شکم درد و تب بالا - در صورت علائم تب، گلودرد، خستگی، بی اشتها، خونریزی از اندام ها - تب، پیداشدن زخم روی پوست، تغییرات بینایی، ورم ساق پا یا دردناک بودن آن به هنگام لمس و علائم جدید - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی		