



عصب تحت فشار

			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:			
<ul style="list-style-type: none"> - در طی روز و انجام فعالیت‌های روزمره، حالت نشستن، ایستادن، خوابیدن و ... را تنظیم و اصلاح کنید تا جایی که فشاری به محل آسیب دیده وارد نشود. - از انجام فعالیت‌هایی که باعث درد شما می‌شود مانند تنیس، گلف یا کار با تلفن همراه اجتناب کنید. - تا زمان برطرف شدن علائم به طور کامل به خودتان استراحت بدهید. - از نشستن و یا ایستادن به مدت بیش از 30 دقیقه اجتناب کنید. - در صورت توصیه پزشک، قسمتی که عصب آن تحت فشار است را با استفاده از آتل ثابت نگه دارید. - در طول روز حرکات کششی ملایم می‌تواند به کاهش فشار روی عصب کمک کند. توجه کنید کشش زیاد و شدید وارد نکنید. - از تشک و صندلی مناسب استفاده کنید. - می‌توانید به منظور شل کردن عضلات در اطراف عصب تحت فشار، از حوله یا کمپرس گرم استفاده کنید. - همچنین به منظور کاهش تورم و التهاب، هر بار 10 الی 15 دقیقه کمپرس سرد روی عصب قرار دهید. - در صورت تجویز دارو آن را طبق دستور پزشک، در فواصل معین و یک دوره کامل مصرف کنید. - جهت تسکین درد از داروهای ضد درد طبق تجویز پزشک مصرف نموده و از استفاده بی‌رویه مسکن خودداری کنید. <p style="text-align: center;">در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید</p> <ul style="list-style-type: none"> - در صورت بروز علائم عفونت محل زخم (تب، قرمزی، تحریک، ترشح و افزایش درد) - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی 			

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی رازی

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی رازی

واحد آموزش سلامت