



شماره پرونده:			نام خانوادگی:	نام:	بخش:	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:						
- با پزشک یا کارشناس تغذیه در مورد رژیم مناسب کودکان بپرسید. - برای جلوگیری از یبوست، از میوه، سبزیجات تازه و مایعات فراوان (روزی 8 لیوان) استفاده کنید. - بهتر است با رژیم غذایی مناسب و ورزش از چاقی کودک خود جلوگیری کنید. - قبل از خواب غذای کم و سبک میل کنید و یک لیوان شیر میل کنید تا بهتر بخوابید. - زمانی که بیماری فعال است استراحت بیش تر و هنگامی که غیرفعال است ورزش بیش تر داشته باشید. - جهت تسکین درد از کمپرس گرم و سرد استفاده کنید و در طی روز دوره های متناوب فعالیت و استراحت داشته باشید. شل کردن عضلات، پرت کردن حواس جهت تسکین درد مفید است. - انجام فعالیت های ورزشی منظم باعث تقویت عضلات و افزایش انعطاف پذیری مفاصل می شود. - در مسیر راه نرده و صندلی های مناسب قرار دهید. - استفاده از آتل های خاصی که پزشک معرفی می کند برای کوتاه مدت می تواند تورم و درد مفاصل درگیر را کاهش دهد. این نوع آتل ها بیش تر در دست ها و مچ ها و گاهی برای قوزک پا استفاده می شود. - فشارهای روحی می توانند مقدار دردی را که توسط بیمار احساس می شود تشدید کند و روند بیماری را بدتر کند، پس از آن اجتناب کنید. - از استعمال سیگار در محیط کودک خودداری کنید. - درمان ناقص این بیماری باعث درد شدید مفاصل خواهد شد بنابراین پیگیر درمان خود باشید و تقویم درمانی مناسبی برای خود تهیه کنید. - در صورت تجویز آسپرین همراه با غذا استفاده شود. - در صورت تجویز کورتون همراه با شیر استفاده شود. - دستورات دارویی پس از ترخیص را طبق دستور پزشک مصرف کنید از مصرف بی رویه داروها خصوصاً مسکن خودداری کنید. از قطع دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید.						
در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید						
- سردرد، تهوع و استفراغ، خونریزی - درد، سفتی و تورم مفاصل به خصوص به همراه تب - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی						