



شماره پرونده:			نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج:
					اتاق:	
					تخت:	
نام پدر:	تاریخ تولد:	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:			
جنس: ☐ زن ☐ مرد						
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 :						
- بهتر است از رژیم غذایی سرشار از پروتئین، ویتامین و پرفیبر (سبزیجات، میوه و ...) استفاده کنید. - از خوردن غذاهای حاوی کافئین مانند قهوه، چای، کولا و شکلات خودداری کنید. - از خوردن غذاهای نفاخ، ادویه دار و خیلی داغ یا خیلی سرد اجتناب کنید. - با نظر پزشک برای خود برنامه ورزشی مناسب تنظیم کنید و آن را به طور منظم انجام دهید. - از انجام فعالیتهایی که باعث خستگی و تنگی نفس شما می شوند، اجتناب کنید. - در صورت نیاز، اضافه وزن خود را کاهش داده و آن را حفظ کنید. - از قرار گرفتن در گرما و سرمای زیاد خودداری کنید زیرا باعث افزایش خلط و تنگی نفس خواهد شد. - از مصرف دارو بدون اطلاع پزشک، خودداری کنید. - سعی کنید روی کمر ن خوابید و ترجیحاً به پهلو یا روی شکم دراز بکشید. - فشار روانی و کلیه موارد استرس زا را از خود دور کنید. - سعی کنید اتاق دارای تهویه مناسب باشد. - از مواد محرک تنفسی مانند سیگار، قلیان و پیپ پرهیز کرده و در محیطهایی که دود سیگار وجود دارد وارد نشوید. - در صورت توصیه پزشک، اکسیژن به خصوص در شب در دسترس باشد. - در صورت تجویز دارو توسط پزشک، داروهایتان را به طور منظم و دقیق مصرف کنید. - جلسات معاینه و ملاقات با پزشک را دنبال کنید.						
در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید						
- به طور منظم جهت ادامه درمان به پزشک معالج مراجعه کنید. - خستگی مفرط، خواب آلودگی و پرخاشگری در طول روز - در صورت عدم بهبود انسداد مجاری تنفسی با اسپری - اگر در هنگام نفس کشیدن دچار دردی بدون دلیل و شدید می شوید، به پزشک مراجعه کنید. در چنین شرایطی ممکن است دچار مشکلات ریوی، قلبی یا مشکل در پرده پلور شده باشید یا اینکه ممکن است این موارد علائم بیماری خاصی باشند که به درمان فوری نیاز دارد. - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی						