



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

آتلتکازی

			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:			
- رژیم غذایی سرشار از پروتئین از قبیل گوشت، تخم مرغ، لبنیات و حبوبات مصرف کنید. تا جای ممکن مصرف گوشت قرمز را به علت دارا بودن کلسترول بد محدود کنید و از گوشت مرغ و یا دیگر پرندگان بدون پوست استفاده کنید. - بهداشت دهان خود را جهت بهبود بوی دهان و افزایش اشتها رعایت نمایید برای این منظور از مسواک، نخ دندان و دهانشویه به طور مکرر استفاده شود. - وضعیت خود را در تخت مرتباً عوض کنید و سعی کنید مرتباً سرفه نمایید و نفس عمیق بکشید. توجه داشته باشید که هنگام سرفه، یک بالش را محکم روی محل تخلیه فشار دهید. - از مصرف داروهای خواب آور پرهیز کنید زیرا ممکن است منجر به اختلال توانایی تنفس عمیق در شما شود. - از سیگار کشیدن و یا قرار گرفتن در معرض دود سیگار اجتناب کنید. در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید - اتساع و برآمدگی شکم - احساس تنگی نفس به طور ناگهانی - آبی شدن بستر ناخن ها و لبها - درجه حرارت بدن مساوی یا بیشتر از 38/9 درجه سانتیگراد. - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی			