



بیماری شریان کاروتید

شماره پرونده:		نام خانوادگی:		نام:	بخش:	پزشک معالج:
نام پدر:		تاریخ تولد:	جنس: <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> مرد	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:	
				اتاق:		
				تخت:		

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام کنید:

مراقبت در منزل:

- با نظر کارشناس تغذیه و پزشک معالج، از رژیم غذایی سالم کم چرب دارای غلات کامل و مقدار کافی میوه و سبزیجات استفاده کنید.
 - از مصرف چربی‌های اشباع و ترانس و نمک و قند اضافی خودداری کنید.
 - از مصرف مواد غذایی سرخ شده، فرآوری شده و کنسروی اجتناب کنید.
 - به میزان کافی آب بنوشید.
 - از مصرف نوشیدنی‌های الکلی اجتناب کنید.
 - مصرف نوشیدنی‌های حاوی کافئین مانند قهوه، چای، نوشابه و ... را محدود کنید.
 - تا مدتی از رانندگی کردن اجتناب کنید.
 - برای بازگشت به فعالیت‌های روزمره خود، با پزشک معالج مشورت کنید.
 - عادت‌های بد مانند سیگار کشیدن را ترک کنید.
 - با هدف حفظ وزن سالم اگر دچار اضافه وزن یا چاقی هستید بهتر است وزن اضافی خود را کاهش دهید.
 - تا مدتی از فعالیت‌های شدید و بالا و پایین رفتن از پله اجتناب کنید.
 - با نظر پزشک به صورت روزانه فعالیت‌های بدنی سبک مانند پیاده‌روی داشته باشید و وزن خود را در محدوده‌ی سالم حفظ کنید.
 - بانداژ محل جراحی را خشک و تمیز نگه دارید و به طور روزانه تعویض نمایید.
 - پیش از تعویض بانداژ دستان خود را با آب و صابون بشوئید یا با محلول‌های ضدعفونی کننده، ضدعفونی کنید.
 - محل جراحی را از لحاظ وجود قرمزی، تورم یا درد، وجود مایع، خون یا چرک و بوی بد بررسی کنید.
 - در مورد استحمام با پزشک خود مشورت کنید.
 - از پوشیدن لباس‌های تنگی که به نواحی اطراف گردن فشار می‌آورند، خودداری کنید.
 - استرس و اضطراب خود را با انجام فعالیت‌هایی مانند مدیتیشن، مطالعه، موسیقی و حضور در جمع خانواده و دوستان، کاهش دهید.
 - زیر نظر پزشک بیماری‌های زمینه‌ای مانند فشارخون خود را کنترل کنید.
 - داروهای تجویز شده توسط پزشکتان را به طور منظم و دقیق مصرف کنید.
 - جلسات ملاقات با پزشک و معاینات منظم خود را دنبال کنید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- ایجاد لکه‌های پوستی در محل جراحی
 - تغییرات ناگهانی و غیرمنطقی وزن
 - وجود قرمزی، تورم، چرک یا درد در ناحیه جراحی
 - درد شدید قفسه سینه
 - تب
 - سایر موارد نگران کننده و اورژانسی