

			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:**

- از مصرف غذاهای سفت که احتیاج به جویدن طولانی دارند (مانند ساندویچ، استیک و کباب برگ) و مواد خوراکی که می دانید به آنها آلرژی دارید، خودداری کنید.
  - تا یک هفته پس از عمل از ورزش های سنگین، بلند کردن اشیا و زور زدن شدید پرهیز کنید.
  - در وضعیت نیمه نشسته استراحت کرده و زیر سر چند بالش بگذارید تا صورت ورم نکند.
  - با دهان باز عطسه و سرفه کنید و از حرکات شدید صورت حین خنده و گریه خودداری کنید.
  - تا 2 هفته پس از عمل از تخلیه ترشحات بینی با فشار خودداری کنید.
  - برای تمیز کردن بینی و جلوگیری از بروز چسبندگی های پس از عمل، بینی را بطور مکرر با سرم شستشو بشویید.
  - می توانید با مسواک نرم دندان ها را مسواک کنید ولی لب بالایی را دستکاری نکنید.
  - حداقل به مدت یک هفته بعد از عمل از مصرف دخانیات اجتناب کنید.
  - مراقب باشید هیچ ضربه ای به صورت وارد نشود.
  - مسکن را طبق تجویز پزشک مصرف کنید.
  - داروهای تجویز شده توسط پزشک (مانند آنتی بیوتیک) را طبق دستور مصرف کنید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- 2 روز بعد از ترخیص برای خارج کردن تامپون به پزشک معالج مراجعه کنید.
  - در صورت داشتن خونریزی و یا بلع خون و تنگی نفس و احساس سرگیجه
  - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی