

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

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:

- برای حجیم کردن مدفوع و پیشگیری از یبوست از غلات، نان سبوس دار نظیر آلو، انجیر، زرشک و ... استفاده کنید.
 - همراه با افزایش دریافت فیبر در رژیم غذایی، حداقل به میزان 6 لیوان در روز آب مصرف کنید.
 - مرکبات به ویژه پرتقال و گریپ فروت همچنین شاتوت، توت فرنگی، فلفل دلمه و انواع سبزیجات که دارای برگ سبز (تامین کننده ویتامین ث) هستند، بیشتر مصرف کنید.
 - مغزها دانه ها و ماهی های روغنی حاوی اسیدهای چرب ضروری موجب استحکام دیواره وریدها می شود.
 - از مصرف کره، روغن ها، کیک، شیرینی، شکلات و بیسکویت خودداری کنید.
 - زمانی را برای استراحت خود در نظر بگیرید و سعی کنید از افراد دیگری برای انجام وظایف روزانه خود کمک بگیرید.
 - از پزشک خود درباره داروهای مورد نیاز برای تسکین درد و چگونگی مراقبت از خود در طی دوران بهبودی سوال کنید.
 - پاهای مبتلا را بالاتر از سطح قلب قرار دهید تا متورم نشود.
 - در صورت تجویز آنتی بیوتیک، طبق دستور پزشک در فواصل معین و یک دوره کامل مصرف کنید.
 - مصرف مسکن را طبق تجویز پزشک مصرف کنید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- تب بیشتر از 37/8 درجه سانتی گراد
 - درد زیادی
 - ترشحات زخم یا خونریزی
 - کوتاه شدن نفس ها
 - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی