



راهنمای آموزشی بیمار (آموزش پس از ترخیص و مراقبت در منزل)

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

از رژیم حاوی قند و مواد شیرین زیاد، پرهیز شود ولی از مایعات فراوان استفاده کنید.

بهبتر است از غذاهای پُرانرژی و پُر پروتئین استفاده کنید.

جهت پیشگیری از عفونت های تنفسی، تنفس عمیق و سرفه انجام دهید، فیزیوتراپی قفسه سینه، ورزش های هوازی مثل پیاده روی انجام دهید و تحرک داشته باشید.

در نظر گرفتن دوره های استراحت مکرر بین فعالیت های بدنی مهم است.

تا بهبودی کامل از رانندگی پرهیز کنید.

به طور معمول ۱-۲ هفته بهبودی طول می کشد. تب و علائم به تدریج یا به طور ناگهانی ناپدید می شوند.

اگر در نواحی پرخطر به سر می برید، از مواد دافع حشرات و توری جهت جلوگیری از گزش حشره استفاده کنید.

در صورت بروز مشکلات گفتاری و شناختی با گفتار درمان و کاردرمان مشاوره کنید.

برای کنترل تب از تب برطبق دستور پزشک و بدنشویه استفاده کنید.

برای سردرد از مسکن های خفیف استفاده کنید و در اتاقی با نور کم و بدون سرو صدا و آرام استراحت کنید.

شستن دست ها قبل و بعد از قرار گرفتن در معرض افراد آلوده و استفاده از دستشویی الزامی است.

از تماس با افراد مبتلا به بیماری عفونی و سرما خورده اجتناب کنید .

داروها را طبق دستور پزشک و در فواصل منظم مصرف کنید. دوره درمان را کامل کنید و از قطع داروها بدون اجازه پزشک خودداری کنید.

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان مراجعه کنید

از دست دادن هوشیاری، پاسخ ضعیف به سوالات، بی حسی، کما، ضعف عضلات و یا فلج و تشنج، سردرد شدید، تغییر ناگهانی در عملکرد ذهنی

(خلق و خو) و از دست دادن حافظه کوتاه مدت و بلند مدت و وجود هرگونه عفونت در بدن، تب

لرز و دردهای بدنی شدید، خونریزی، خستگی، گرفتگی و بی حالی، خارش شدید بدن

در زمان تعیین شده توسط پزشک حتماً به بیمارستان یا پزشک معالج مراجعه کنید.

