

		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 :

- در خصوص رژیم غذایی با پزشک یا کارشناس تغذیه مشورت کنید.
 - از غذاهای سرشار از ویتامین سی (C) (مرکبات، آناناس، گوجه فرنگی) استفاده کنید و به اندازه دلخواه میوه و سبزیجات استفاده کنید.
 - به جای گوشت قرمز از پروتئین های گیاهی مثل (ماکارانی، مرغ، سبزیجات و باقلا) استفاده کنید.
 - غذا را در وعده های زیاد و حجم کم استفاده کنید. از مصرف غذاهای حاوی نمک خودداری کنید. (عدم مصرف غذاهای کنسرو شده و کبابی)
 - از غذاهای پرپتاسیم (مثل موز، زردآلو، طالبی و سیب زمینی) استفاده کنید.
 - روزانه حداقل ۸-۶ لیوان مایعات بنوشید مگر آنکه محدودیت مصرف مایعات داشته باشید (در صورت ورم پاها و اندامها مصرف مایعات محدود شود)
 - استفاده از مکمل های ویتامین با نظر پزشک توصیه می شود.
 - فعالیت محدودیتی وجود ندارد اما در صورت بروز تب، خونریزی، آسیت و سایر مشکلات باید با احتیاط عمل کنید.
 - پس از بهبود تغذیه و افزایش قدرت جسمانی فعالیت های خود را افزایش دهید و در برنامه ریزی روزانه ورزش های ملایم به همراه دوره های استراحت بگنجانید.
 - کم خونی و وضعیت نامناسب سلامتی و گاهی تغذیه ای باعث احساس خستگی در شما می شود که ممکن است مانع از فعالیت های زیاد و حتی معمولی شوند. برای جلوگیری از یبوست از مایعات استفاده کنید و ورزش سبک انجام دهید.
 - برای مراقبت از پوست مرتب تغییر وضعیت دهید. از صابون های معطر و محلول های الکلی برای تمیز کردن پوست و نوار چسب هایی که باعث آسیب دیدگی پوست می شوند اجتناب کنید. از مواد نرم کننده برای ماساژ پوست و ورزش مفاصل استفاده کنید.
 - در صورت بروز علائم خونریزی (خونمردگی، خونریزی از بینی یا لثه، وجود خون در مدفوع) به پزشک اطلاع دهید.
 - بینی خود را به آرامی تمیز کنید. (به علت خطر خونریزی ناشی از اختلالات انعقادی با کاهش توانایی کبد برای تولید فاکتورهای انعقادی)
 - از مسواک نرم استفاده کنید و بهداشت دهان را رعایت کنید.
 - هر روز دور شکم را اندازه گیری کنید و در صورت افزایش دور شکم، مصرف نمک و مایعات را محدود کرده و به پزشک اطلاع دهید.
 - الکل و داروهای محرک کبد (مثل استامینوفن) مصرف نکنید. اصول بهداشتی و جداسازی وسایل تهیه غذا را رعایت کنید.
 - روابط جنسی بی خطر داشته باشید. (هنگام نزدیکی از کاندوم استفاده کنید)
 - در صورت مسافرت طولانی، در خصوص تزریق واکسن هیپاتیت با مراقبان بهداشتی، اقدامات لازم را انجام دهید.
 - از قرار گرفتن در جاهای شلوغ و در معرض افراد مبتلا به آنفلوآنزا و افراد تحت شیمی درمانی خودداری کنید.
 - با تجویز آنتی اسیدها و... ناراحتی معده و خطر خونریزی گوارشی شما کاهش می یابد.
 - ممکن است ویتامین ها و مکمل های تغذیه ای برای شما تجویز شود که فرایند التیام سلول های کبدی آسیب دیده را تسریع می کنند و وضعیت تغذیه ای عمومی شما را بهبود می بخشند.
 - با صلاحدید پزشک مصرف داروهای مدر (ادرار آور مانند پتاسیم: اسپرونولاکتون) می تواند میزان آسیت را در صورت وجود کاهش دهد.
 - سایر داروها با نظر پزشک معالج و بیماری های زمینه ای دیگر تجویز می شوند.
- در صورت مشاهده موارد زیر به پزشک یا بیمارستان مراجعه کنید**
- افزایش یا کاهش سریع وزن و افزایش اندازه دور شکم و افزایش ورم اندام های تحتانی یا زردی پوست
 - خونریزی گوارشی و خونمردگی در نقاط مختلف بدن و تب