

| | | | |
|---------------|--|-----------------------|--------------|
| | | شماره پرونده: | |
| نام خانوادگی: | نام: | بخش: اتاق: تخت: | پزشک معالج: |
| نام پدر: | تاریخ تولد: جنس: مرد <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> | 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 :

- مرغ و ماهی را کاملاً بدون پوست (آب پز یا کبابی) استفاده کرده و گوشت قرمز را به مقدار کم مصرف کنید.
 - از مصرف مغز، دل و جگر، کله پاچه، لبنیات پر چرب، بستنی، خامه و کیک های خامه ای، مربا، قند، شکر و نوشابه اجتناب کنید .
 - برای تنظیم قندخون ورزش هایی مانند پیاده روی، شنا و دوچرخه سواری را طبق نظر پزشک انجام دهید.
 - در صورتی که انسولین رگولار(شفاف)مصرف می کنید ۳ ساعت پس از تزریق انسولین احتمالاً افت قند خون خواهید داشت.
 - در صورتی که انسولین ان. پی. اچ (شیری) مصرف می کنید عصرها و یا قبل از شام احتمالاً افت قند خون خواهید داشت.
 - انسولین را در دو طرف شکم به فاصله چهار انگشت از دور ناف، قسمت بالا و بیرونی بازوها، بالا و بیرون ران تزریق کنید.
 - در ناحیه شکم سرنگ انسولین را با زاویه ۹۰ درجه یا مستقیم و در قسمت بازو و ران، سرنگ را با زاویه ۴۵ درجه یا مایل بگیرید.
 - تزریق انسولین را به صورت چرخشی انجام داده و فاصله هر تزریق با تزریق بعدی را ۲سانتیمتر در نظر بگیرید.
 - انسولین را طبق دستور پزشک و در ساعت های مشخص مصرف نمایید.
 - نوار (کیت) آزمایش کتون ادرار را از داروخانه تهیه نمایید و زمانی که علائم کتواسیدوز دیابتی را داشتید این آزمایش را در منزل انجام دهید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان مراجعه کنید**
- در صورت بروز علائم عفونت مانند تب، ضعف و...به پزشک مراجعه کنید.
 - در صورت فراموش کردن دوز انسولین و یا دیابت غیر وابسته به انسولین و داشتن علائم از قبیل پوست گرم و خشک، گرسنگی هوا، بوی شیرین و یا بوی میوه در تنفس که توسط خانواده تشخیص داده می شود، احساس گیجی و عدم آگاهی به اطراف، سریعاً به اورژانس مراجعه و یا با ۱۱۵ تماس حاصل کنید
 - به طور مرتب و منظم جهت ادامه درمان به پزشک مراجعه کنید.