

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

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:

- مایعات فراوان بنوشید. نوشیدن آب سبزیها و میوهها به همراه غذای پروتئین مانند گوشت، مرغ و تخم مرغ و ... یا میان وعدههایی حاوی ویتامین سی و آ مانند انواع کلم ها به خصوص بروکلی، فلفل دلمه‌ای، گوجه فرنگی، انواع مرکبات از لیمو گرفته تا پرتقال و توت فرنگی و مواد غذایی مانند سبزیهای برگ سبز تیره و حتی زرد رنگ مانند فلفل دلمه‌ای رنگی و هویج که از منابع عالی این ویتامین هستند می‌تواند به بهبود سریع‌تر زخم‌ها کمک کند.
 - خوردن غذاهای چرب مانند انواع فست فود و غذاهای سرخ شده فقط باعث دریافت انرژی بیشتر می‌شود بنابراین آنها را نیز از برنامه غذایی روزانه خود حذف کنید.
 - روزانه ۳ وعده و ۳ تا ۴ میان وعده بین صبحانه و ناهار، میان وعده‌ای بین ناهار و شام و میان وعده دیگری بعد از شام میل کنید و تمام گروه‌های غذایی را در این وعده‌ها بگنجانید تا مواد مغذی مختلف به بدن شما برسد.
 - دست یا پای مبتلا را بالاتر از سطح قلب نگه دارید تا تورم آن کاهش یابد.
 - برای تسریع التیام و تخفیف درد و التهاب، از آب گرم استفاده کنید.
 - روزانه زخم خود را با آب و صابون بشویید. این کار را به‌عنوان قسمتی از برنامه زندگی روزمره خود قرار دهید.
 - از یک کرم یا پماد آنتی‌بیوتیک طبق دستور پزشک برای زخم خود استفاده کنید.
 - زخم خود را با باند تمیز بپوشانید. انجام این عمل به تمیز نگاهداشتن زخم و از بین رفتن باکتری‌ها کمک زیادی می‌کند.
 - چنانچه تاول‌هایی بر روی پوست شما وجود دارد که از آنها ترشح خارج می‌شود، این تاول‌ها را تا زمان خشک شدن تمیز و پوشیده نگاه دارید. هیچ‌وقت تاول‌ها را نترکانید.
 - داروه طبق دستور پزشک و در فواصل مشخص مصرف شود.
 - از قطع یا افزایش آن بدون اجازه پزشک خودداری کنید.
- در صورت مشاهده علائم زیر به بیمارستان مراجعه کنید**
- تورم، قرمزی، درد و ترشحات چرکی
 - تب، سردرد یا استفراغ، خواب آلودگی یا بی حالی، بروز تاول روی ناحیه سلولیت، بروز نوارهای قرمزی که علی‌رغم درمان بدتر شود.
 - علائم جدید و غیر قابل کنترل