

نام خانوادگی :		نام :		بخش :	
نام پدر :		تاریخ تولد :			
آموزش زمان ترخیص توسط پزشک و پرستار					
نام دارو	میزان و مدت زمان مصرف			نحوه صحیح مصرف دارو	
	صبح	ظهر	شب		
آموزش دارو					
تغذیه	- مایعات فراوان بنوشید، مگر اینکه پزشک محدودیت مایعات برای شما تعیین کرده باشد . - یک رژیم غذایی پرپروتئین مانند گوشت، مرغ و تخم مرغ و ... به ترمیم سریعتر بافتها و اندامهای آسیب دیده کمک میکند. - ویتامین C و A در روند بهبود سریعتر زخمها نقش موثری دارد بنابراین سعی کنید در برنامه غذایی روزانه تان منابع این ویتامین را بگنجانید. مواد غذایی حاوی ویتامین C (شامل انواع کلمها به خصوص بروکلی، فلفل دلمه ای، گوجه فرنگی، انواع مرکبات از لیمو گرفته تا پرتقال و توت فرنگی هستند) و مواد غذایی حاوی ویتامین A (مانند سبزیهای برگ سبز تیره و حتی زرد رنگ مانند فلفل دلمه ای رنگی و هویج از منابع عالی این ویتامین هستند). - خوردن غذاهای چرب مانند انواع فست فود و غذاهای سرخ شده فقط باعث دریافت کالری بیشتر می شود بنابراین آنها را از برنامه غذای روزانه تان حذف کنید.				
	- تا زمانی که تب فروکش کند و سایر علائم شروع به بهبود کنند، در رختخواب استراحت کنید .به محض بهبود علائم، فعالیتهای عادی خود را از گیرید. - آنتی بیوتیک تجویز شده توسط پزشک را طبق دستور و دقیق مصرف کنید .حتی اگر احساس بهبودی کرده اید آنتی بیوتیک را قطع نکنید. از قطع یا افزایش آن بدون اجازه پزشک خودداری کنید. - در صورتی که از آتل جهت بی حرکت کردن عضو استفاده میکنید مرتباً عضلات داخل آتل را منقبض و منبسط کنید و اندامهای خارج از آتل را حرکت دهید .دست یا پای مبتلا را بالاتر از سطح قلب نگه دارید تا تورم آن کاهش یابد. - در زمان تعیین شده برای ویزیت مجدد به پزشک معالج ،مراجعه نمایید.				
مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل	- تا زمانی که تب فروکش کند و سایر علائم شروع به بهبود کنند، در رختخواب استراحت کنید .به محض بهبود علائم، فعالیتهای عادی خود را از گیرید. - آنتی بیوتیک تجویز شده توسط پزشک را طبق دستور و دقیق مصرف کنید .حتی اگر احساس بهبودی کرده اید آنتی بیوتیک را قطع نکنید. از قطع یا افزایش آن بدون اجازه پزشک خودداری کنید. - در صورتی که از آتل جهت بی حرکت کردن عضو استفاده میکنید مرتباً عضلات داخل آتل را منقبض و منبسط کنید و اندامهای خارج از آتل را حرکت دهید .دست یا پای مبتلا را بالاتر از سطح قلب نگه دارید تا تورم آن کاهش یابد. - در زمان تعیین شده برای ویزیت مجدد به پزشک معالج ،مراجعه نمایید.				



مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل	-از فشار دادن ، خاراندن ، ماساژ دادن و یا دستکاری محل درگیر خودداری کنید . - دست ها را قبل و بعد از تماس با محل عفونت ، پانسمان یا وسایل آلوده با آب و صابون بشویید . - در صورت زخم در پا ، از راه رفتن با پای برهنه در محیط های عمومی خودداری کنید . جهت جلوگیری از پیشرفت سلولیت و یا سایر عفونتهای پوستی، اقدامات زیر را انجام دهید: -روانه زخمتان را با آب و شامپو بشویید .این کار را به عنوان قسمتی از برنامه زندگی روزمره تان قرار دهید. -از یک کرم یا پماد آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک برای زخمتان استفاده کنید.و از استفاده خودسرانه از کرم ها ، پماد ها ، داروهای موضعی و یا مواد ضد عفونی کننده قوی بدون تجویز پزشک خودداری کنید -زخمتان را با باند تمیز بپوشانید .انجام این عمل به تمیز نگاه داشتن 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. -مرتبا باند زخمتان را عوض کنید .حداقل روزی یک مرتبه این کار را انجام و هر بار که این باند مرطوب یا کثیف شدند، دوباره آنها را تعویض کنید. استفاده از پانسمان نوین در ترمیم زخمها کاربردی می باشد. -مراقب نشانه های عفونت باشید تورم، قرمزی، درد و ترشحات چرکی همگی نشان دهنده یک عفونت احتمالی است و نیاز به بررسی و ارزیابی پزشکی دارد
پیگیری های پس از ترخیص و مکان و زمان مراجعه به پزشک	در صورت داشتن موارد زیر به بیمارستان مراجعه نمایید: -تب لرز - سردرد - افزایش سریع قرمزی ، درد ، تورم یا گرمی محل عفونت و یا پیشرفت سریع وسعت درگیری - بروز تاول روی ناحیه سلولیت و خروج ترشحات چرکی و یا بد بو از محل - ایجاد خطوط قرمز روی پوست به سمت بالا - درد شدید یا ناتوانی در حرکت دادن عضو درگیر -حالت تهوع و استفراغ - بی حالی و خواب آلودگی یا افت هوشیاری -اگر دچار علائم جدید و غیرقابل کنترل شده اید. -داروهای مورد استفاده در درمان ممکن است عوارض جانبی به همراه داشته باشند .در صورت مشاهده عوارض به پزشک مراجعه نمایید.
تستهای پاراکلینیک بیمار	برای پیگیری جواب آزمایشات و یا نتایج پاراکلینیک در زمان مقرر به واحد آزمایشگاه و یا پاتولوژی مراجعه نمایید.
جهت دسترسی به همه مطالب آموزشی در سایت بیمارستان ، QR code روبرو را اسکن نمایید.	