



نام خانوادگی :		نام :		بخش :	
نام پدر :		تاریخ تولد :			
آموزش زمان ترخیص توسط پزشک و پرستار					
آموزش دارو	نام دارو	میزان و مدت زمان مصرف			نحوه صحیح مصرف دارو
		صبح	ظهر	شب	
تغذیه	- توصیه می شود که از رژیم غذایی حاوی : ۱- پروتئین کافی (گوشت، حبوبات و لبنیات) ۲- کالری (نان، برنج) ۳- سرشار از ویتامین A (تخم مرغ، سبزیجات) و ویتامین C (پرتقال، گوجه فرنگی و...) به میزان کافی استفاده شود . - توصیه به مصرف مایعات فراوان (حداقل ۸ لیوان) می شود . - توصیه می شود که غذا در وعده های زیاد و با حجم کم مصرف شود و از مصرف غذاهایی که قبلا حساسیت داشته اند و یا حساسیت زا می باشند ، خودداری شود .				
مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل	- از مصرف سیگار و الکل پرهیز شود و از مصرف داروهای رقیق کننده خون بدون تجویز پزشک خودداری شود . - داروهای تجویزی شده (مسکن ، آنتی بیوتیک در صورت نیاز) را طبق دستور مصرف کنید. - در صورت دریافت سرم ضد مار (پادزهر) ، در صورت بروز تب ، بثورات پوستی ، خارش ، درد مفاصل یا توروم غدد لنفاوی طی ۳ تا ۱۴ روز پس از پس از ترخیص ، به پزشک مراجعه نمایید - اگر در ۵ سال گذشته بیمار واکسن کزاز نزده باشد باید واکسن دریافت کند . - تا کاهش درد و توروم ، از فعالیت سنگین و ورزش خودداری کنید.				



-بیماران مارگزیده (خصوصاً قربانیان مار زنگی) در چند هفته اول پس از گزش باید پزشک خود را قبل از اقدامات جراحی(چه اورژانسی و چه اعمال جراحی با وقت قبلی) مطلع کنند زیرا گزش بعضی از مارها، اختلالات خونریزی دهنده را تا چند هفته بعد نیز بدنبال دارد . - در هنگام کار در محلهائی که احتمال وجود مار هست، پوشیدن پوتینهای بلند و یا استفاده از دستکش در هنگام کارهائی مثل جمع کردن هیزم و ... استفاده از شلوار بجای شلوراک و مراقبت از اینکه دست یا پای خود را در چه محلی می گذارید می تواند تا حدی از شدت گزشها کم کند. - بیاد داشته باشید که مارها از شما بیشتر می ترسند تا شما از مارها. پس در صورت مواجهه با مار بجای حمله بطرف مار به او شانس فرار از محل را بدهید و به این ترتیب از گزش خود جلوگیری کنید -طبق زمان تعیین شده برای ویزیت کنترل پس از ترخیص مراجعه نمایید.	
در صورت داشتن موارد زیر به بیمارستان مراجعه نمایید - تب لرز - هر گونه علائم عفونت (ترشح چرکی ، بوی بد یا سیاه شدن پوست اطراف زخم) - مشکل در تنفس ، تنگی نفس ،خس خس سینه - اختلال در وضعیت ذهنی مثل گیجی و کاهش هوشیاری - شواهد خونریزی از هر جای بدن -بدتر شدن درد و افزایش ورم عضو و تشدید علائم	پیگیری های پس از ترخیص و مکان و زمان مراجعه به پزشک
برای پیگیری جواب آزمایشات و یا نتایج پاراکلینیک در زمان مقرر به واحد آزمایشگاه و یا پاتولوژی مراجعه نمایید.	اعلام نتایج تستهای پاراکلینیک بیمار
جهت دسترسی به همه مطالب آموزشی در سایت بیمارستان ، QR code روبرو را اسکن نمایید.	