

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 پر انرژی، کم چربی و مقدار متوسط پروتئین داشته باشید و از مصرف غذاهای چرب و سنگین که موجب تهوع میشوند پرهیز کنید. -حتماً صبحانه میل شود و غذا به مقدار کم و به دفعات مکرر مصرف کنید. -در صورت تهوع میتوان از آب نبات یا آب میوه و اگر تهوع شدید است قبل از غذا از داروهای ضد تهوع که برای کبد خطر نداشته باشد طبق تجویز پزشک استفاده کنید .سالادهای پرچرب، مایونز، زرده تخم مرغ، پوست مرغ، گوشتهای چرب شامل گوشت گوساله یا گوسفند چرب، ماهی چرب، انواع کیک و شیرینی و کرم ها و دسر و غذاهای کنسرو شده و نیمه آماده و فرایند شده (سوسیس، کالباس و ...) از جمله غذاهایی است که باید از خوردن آنها پرهیز شود.از آن جایی که کافئین باعث تحریک کبد می شود مصرف قهوه، کولاها، شکلات و برخی چایها باید محدود شود.از مصرف الکل اجتناب کنید .دریافت نمک را کاهش دهید.با بی اشتهایی مبارزه کنید .ممکن است دچار بی اشتهایی مفرط شوید و در نتیجه مدت بسیار کوتاهی بخش اعظمی از وزن شما کاهش پیدا میکند .از غذاهایی که میتوانند اشتهای را تحریک کنند، میتوان به خوراکیهایی همچون سوپ رقیق و کم چرب، بیسکویت، کراکر، بستنی، ماست کم چرب و شیر اشاره کرد.غذاهایی مانند عسل، خرما، کشمش و توت خشک بیشتر مصرف کنید .از چربیهای اشباع نشده مانند :روغن زیتون، روغن کانولا و روغن دانه انگور استفاده کنید. مصرف میوه و سبزیجات را افزایش دهید .در میان لبنیات، مصرف ماست همراه با میوه (البته بدون افزودن شکر) انتخاب بهتری است. میوه و سبزی را همیشه به خوبی ضدعفونی کرده و بشویید.					تغذیه

- تا زمان بهبود کامل ، استراحت کافی داشته باشید و با بهتر شدن حال عمومی ، فعالیت های روزانه را به تدریج از سر بگیرید . -از وسایل بهداشتی به طور اختصاصی استفاده کنید و آنها را با دیگران به اشتراک نگذارید . - سرویس بهداشتی را به طور منظم تمیز و ضد عفونی کنید . - در صورت تداوم ضعف و بی اشتهاپی ، پزشک خود را مطلع کنید. - فرد مبتلا نباید غذایی برای اعضای خانواده آماده کند،از کار در رستوران ها و تهیه غذا برای دیگران خودداری کنید ، بازگشت به کار باید با نظر پزشک باشد . -از اهدای خون شدیداً اجتناب کنید . -از برقراری رابطه جنسی ، تا پایان دوره واگیرداری خودداری کنید. -بهداشت دستها را رعایت کنید . -توصیه میشود از آب تصفیه شده استفاده کنید. -از مصرف سیگار و الکل خودداری شود. - در مورد داروهایی که مصرف میکنید با پزشک یا داروساز مشورت کنید. -جهت تکمیل دوره درمان و انجام تستهای کبدی در زمان مقرر شده با پزشک ملاقات داشته باشید.	مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل
در صورت داشتن موارد زیر به بیمارستان مراجعه نمایید -در صورت داشتن تهوع و استفراغ کنترل نشده - درد شدید شکم - تب بالا -کاهش اشتها -کاهش وزن شدید	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	