

| نام و نام خانوادگی: | تاریخ ترخیص: | تشخیص: | پرستار: | پزشک معالج: |
|---------------------|--------------|--------|---------|-------------|
|---------------------|--------------|--------|---------|-------------|

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نماید:

مراقبت در منزل :

- ❖ سعی کنید در زمان ابتلا به بیماری و استراحت از مایعات بیشتری استفاده کنید.
 - ❖ غذا خوردن به مقادیر کم و دفعات زیاد باید صورت گیرد.
 - ❖ از مصرف غذاهای نفاخ و دیر هضم اجتناب کنید.
 - ❖ مصرف الکل یا نوشیدنی های کافئین دار را از رژیم غذایی خود حذف کنید.
 - ❖ جهت جلوگیری از بیوست رژیم غذایی پر فیبر مانند سبزیجات، میوه و مایعات مصرف کنید.
 - ❖ تا دو هفته اول بیماری استراحت کنید و از انجام ورزش خودداری کنید. در صورت اجازه پزشک می توانید ابتدا ورزش های سبک انجام دهید.
 - ❖ به طور مکرر در بین فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری استراحت کنید.
 - ❖ از استعمال دخانیات خصوصا سیگار و قلیان خودداری کنید.
 - ❖ از بلند صحبت کردن، فریاد و صحبت های سریع و طولانی، خندیدن یا آواز خواندن اجتناب کنید.
 - ❖ اندازه گیری مرتب فشار خون، تعداد ضربان قلب و تنفس در منزل ضروری است و در صورت اختلال به پزشک اطلاع دهید.
 - ❖ از هرگونه آلودگی هوا اجتناب کنید.
 - ❖ از حضور در مکان های شلوغ و پر رفت و آمد و عمومی دوری کنید.
 - ❖ از هواپیما جهت مسافرت استفاده نکنید.
 - ❖ از بلند کردن وسایل سنگین خودداری کنید.
 - ❖ از تماس با افراد بیمار بخصوص سرماخوردگی خودداری کنید.
 - ❖ پانسمان محل خروج لوله قفسه سینه را تا معاینه مجدد توسط پزشک باز نکنید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- ❖ در صورت مشاهده خروج هر نوع مایع چرکی و خیس شدن پانسمان
 - ❖ اگر شما یا یکی از اعضای خانواده تان دارای علائم پنوموتوراکس باشید.
 - ❖ افزایش درجه حرارت تا ۳۸/۳ درجه سانتیگراد
 - ❖ تشدید درد سینه یا کوتاهی نفس
 - ❖ علائم شوک مانند افزایش ضربان قلب، کاهش فشار خون، تعریق و پوست رنگ پریده سرد و مرطوب
 - ❖ سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی



خون در قفسه سینه (هموتوراکس)

آموزش به بیمار و خانواده مراقبت های پس از ترخیص