

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 نمایید:

مراقبت در منزل :

- ❖ مصرف نوشیدنی های کافئین دار مانند چای و قهوه را کاهش دهید.
- ❖ در رژیم بیمار میوه و سبزیجات حاوی ویتامین C (سی) مانند گوجه و مرکبات و ... قرار دهید .
- ❖ برای سالم ماندن پوست، به بیمار در صورت صلاحدید پزشک حداقل ۸ الی ۱۰ لیوان در روز آب دهید.
- ❖ ناحیه قرمز شده را در معرض هوا قرار دهید. ناحیه را با سرم شستشو یا آبگرم بشویید و در صورت پیشرفت زخم با پرستار یا پزشک تماس بگیرید.
- ❖ اگر پوست بیمار تاول زد، تاول را باز نکنید و قسمتی که تاول زده را در معرض هوا قرار دهید تا سریع تر بهبود یابد.
- ❖ ملافه بیمار را به طور روزانه تعویض کنید. ملافه بیمار را از جنس نخ یا پنبه انتخاب کنید و از تا خوردن و چروک شدن ملافه زیر بدن جلوگیری کنید و در صورت خیس شدن بلافاصله تعویض کنید.
- ❖ برای خشک کردن زخم از گاز خشک استفاده کنید یا اگر زخم بستر بیمار وسیع و دارای ترشحات می باشد از نسل جدید پانسمان ها با مشورت پزشک معالج استفاده کنید.
- ❖ به رنگ پوست دقت کنید در صورتی که پوست قرمز رنگ شده حتما برای ۲ ساعت بیمار را روی قسمت مخالف بخوابانید.
- ❖ استفاده از تشک های هوا یا موج نیز مفید است .

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید

- ❖ زخم های بستر قرمز و تحریک شده ای که بعد از دو هفته مراقبت التیام نیافته باشند.
- ❖ پوست اطراف زخم بستر پاره شده یا ترک خورده باشد.
- ❖ نواحی اطراف زخم بستر علائم عفونت مانند ورم، درد، ترشح یا داغی و تب وجود داشته باشد.
- ❖ سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی



آموزش به بیمار و خانواده مراقبت های پس از ترخیص

زخم بستر