

			شماره پرونده:
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: مرد <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/>	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:

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:

- از خوردن غذاهای حاوی کافئین مانند قهوه، چای، کولا و شکلات خودداری کنید.
 - از خوردن غذاهای نفاخ، ادویه دار و خیلی داغ یا خیلی سرد اجتناب کنید.
 - فعالیت‌هایی مانند حمام کردن، لباس پوشیدن و قدم زدن به مدت کوتاه را شروع کرده و برای جلوگیری از خستگی زیاد در فواصل لازم استراحت کنید.
 - اگر صحبت کردن و خندیدن با صدای بلند، گریه کردن و فعالیت بدنی باعث بروز حملات سرفه می‌شود، از آنها خودداری کنید.
 - برای حفظ رطوبت محیط (کمک به رقیق شدن ترشحات ریه و خروج خلط) از بخور استفاده کنید.
 - مصرف مایعات را به ۸-۱۰ لیوان آب در روز افزایش دهید تا ترشحات ریوی رقیق تر شوند.
 - از قرار گرفتن در گرما و سرمای زیاد خودداری کنید.
 - در صورت قرار گرفتن در محیط سرد از ماسک و شال گردن استفاده کنید.
 - از قرار گرفتن در محیط شلوغ و با ترافیک سنگین و دود خودداری کنید.
 - از مواد محرک تنفسی مانند سیگار، قلیان و پیپ پرهیز کرده و در محیط‌هایی که دود سیگار وجود دارد وارد نشوید.
 - از افراد سرماخورده و مبتلا به عفونت های تنفسی دوری کنید.
 - موارد استرس زا را از خود دور کنید.
 - از قطع داروها یا مصرف برخی از داروها بدون اجازه پزشک خودداری کنید.
 - آنتی بیوتیک‌ها را به موقع استفاده کنید، درمان را کامل کنید و در صورت بروز واکنش‌های حساسیتی به پزشک اطلاع دهید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- تب یا استفراغ، خلط خونی، افزایش درد قفسه سینه، تنگی نفس در حالت استراحت یا هنگامی که سرفه نمی‌کنید.
 - بدتر شدن علائم با وجود استفاده از داروهای تجویز شده
 - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی