

|               |  |                       |              |
|---------------|--|-----------------------|--------------|
|               |  | شماره پرونده:         |              |
| نام خانوادگی: | نام:   | بخش:<br>اتاق:<br>تخت: | پزشک معالج:  |
| نام پدر:      | تاریخ تولد:<br>جنس: <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> مرد | 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:**

- تغذیه با مواد غذایی سبک مانند برنج، موز و سیب زمینی را کم کم آغاز کنید.
  - از دادن غذاهای شیرین مانند بستنی و شکلات اجتناب نمایید زیرا سبب شدت اسهال می گردند.
  - کودکان شیرخوار خود را با شیر مادر تغذیه کنید. غذای تازه به کودکان بدهید و غذای شب مانده را به آنان ندهید.
  - از دادن غذاهای پر ادویه (پیتزا، اسپاگتی)، انواع سس، سبزیجات و میوه های خام، غذاهای صنعتی و بسته بندی و فریز شده، قهوه تاچند روز پس از قطع شدن اسهال و استفراغ خودداری کنید.
  - از دادن نوشیدنی های ترش (مانند آب پرتقال یا گریپ فروت چون باعث تحریک معده می شود) و آب میوه شیرین، نوشابه، چای و نوشیدنی های حاوی کافئین خودداری کنید.
  - اگر استفراغ مانع تغذیه می شود باید با حجم کم و دفعات زیاد به کودک مایعات داده شود که خود مانع از استفراغ می شود.
  - خوراندن او.آر.اس (ORS) را در منزل ادامه دهید. (ORS را طبق دستور داخل بروشور دارو تهیه نمایید)
  - پس از قطع اسهال فعالیت های عادی از سرگرفته شود.
  - از قرار گرفتن کودک در ساعات گرم روز در زیر آفتاب خودداری کنید.
  - در تهیه مواد غذایی از خرید تا پخت، بهداشت را رعایت نمایید و حتی المقدور از غذاهای آب پز استفاده شود.
  - قبل و بعد از هر بار تعویض پوشک و قبل از غذا دادن به کودک دست های تان را بشوید.
  - از مصرف خودسرانه دارو برای کودک خودداری کنید.
  - در صورت بروز استفراغ از دادن قطره و داروهای ضد استفراغ خودداری شود و مایعات با حجم کم و در دفعات زیاد به کودک داده شود.
  - به کودک برای کاهش تب طبق تجویز پزشک استامینوفن بدهید و از دادن آسپرین خودداری کنید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- علائم کم آبی شامل: تشنگی بیش از حد، بی حالی یا بی قراری شدید، چشم های گود افتاده، گریه بدون اشک، ملاج فوقانی فرو رفته، دهان خشکیده، کم شدن ادرار و پوست خیلی چروکیده
  - در صورت وجود خون در مدفوع، تب، ضعف و بی حالی شدید، اسهال و استفراغ شدید (بلافاصله به مرکز درمانی مراجعه نمایید)