

			شماره پرونده:
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: 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:**

- مایعاتی مانند آب، آبمیوه، شربت آبلیمو، چای، آب قند و غیره به کودک بدهید تا از کم آبی بدن او جلوگیری کنید.
 - به کودک غذای سبک و آب پز و ساده داده شود و از دادن غذاهای چرب و سرخ کرده پرهیز کنید.
 - اگر نوزاد اسهال دارد شیر را قطع نکنید و غذاهای ضد اسهال به او بدهید (اگر شیر خشک میخورد به پزشک معالج اطلاع دهید).
 - اگر کودک به اندازه کافی مایعات می خورد او را مجبور به خوردن غذا نکنید.
 - به اطفال بزرگتر می توانید سوپ، و موز له شده بدهید. از زمانی که حال بچه رو به بهبود است باید کم کم رژیم معمولی او را از سر بگیرید.
 - دمای اتاق کودک خود را خنک نگه دارید.
 - در صورت تب کودک خود را مرتب با آب ولرم پاشویه کنید. دقت کنید که از آب سرد برای این منظور استفاده نکنید، زیرا باعث لرز کودک، علاوه بر تب او می شود. دمای آب باید نزدیک به دمای بدن کودک باشد.
 - شرایطی را فراهم کنید تا کودک بیشتر استراحت کند. استراحت و خواب کافی سبب کاهش تب می شود.
 - در صورت تب یک پارچه تمیز و مرطوب را روی پیشانی کودک قرار دهید و هر ۳۰ ثانیه یک بار آن را عوض کنید.
 - کودک خود را از بچه های دیگر دور نگه دارید.
 - لب های کودک تب دار خود را چرب نگه دارید. برای این کار می توانید از وازلین و یا کرم مخصوص کودکان استفاده کنید.
 - هرگز از الکل و یخ برای پایین آوردن تب کودک استفاده نکنید
 - از لباس های گشاد و نخی برای کودکان مبتلا به تب استفاده کنید و از هر گونه لباس تنگ و با بست های فلزی و پر دکمه، اجتناب کنید.
 - اگر کودک شما به همراه تب، لرز هم داشت، روی او پتو بکشید ولی پس از توقف لرز پتو را بردارید.
- ❖ **در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**

- داغی بیش از حد بدن

- تشنج

- سخت نفس کشیدن کودک

❖ **مراحل کنترل تب**

- ۱-دائما کودک را پاشویه کنید و برای پاشویه کردن می توانید گاز خیس شده با آب ولرم را در نواحی کشاله ران/شکم/پیشانی قرار دهید.
- ۲-هر ۴ ساعت یکبار استامینوفن تجویز نمایید.
- ۳-اگر بعد از تجویز استامینوفن (تا بیست دقیقه) تب پایین نیامد از شربت ایبوپروفن طبق دستور پزشک استفاده نمایید.
- ۴-اگر پس از تجویز استامینوفن تب کنترل شد و مجددا در کمتر از ۴ ساعت تب کودک عود کرد از ایبوپروفن استفاده نمایید.
- ۵-فاصله تجویز ایبوپروفن هر ۶ ساعت یکبار است و زودتر از آن داده نشود.
- ۶-دوز استامینوفن و ایبوپروفن را از پزشک کودک سوال نمایید.