

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

- رژیم پر پروتئین و پراثری سودمند است. (با پزشک یا کارشناس تغذیه مشورت کنید)
- اگر دچار یبوست می باشید ورزش و مایعات فراوان مصرف کنید و محیطی آرام و مطبوع در حین غذا خوردن فراهم کنید.
- از نوشیدن الکل در طی دوره حاد بیماری و حداقل ۶ ماه بعد از بهبودی خودداری کنید.
- مصرف سبزیجات، میوه های تازه و فیبرهای غذایی را فراموش نکنید. از گوشت قرمز، قند ساده و غذاهای سرخ شده کمتر استفاده کنید.
- از نوشیدن زیاد از حد قهوه و چای پررنگ اجتناب کنید.
- آب زیاد بنوشید. سعی کنید هر ساعت مقداری آب بخورید. آب هویج و آب چغندر بیشتر مصرف کنید. روغن مایع مصرف کنید و از کره، مارگارین، روغن جامد و دنبه اجتناب کنید.
- غذاهایی مثل عسل، لیمو، موز، آلو، بادام و انواع سبزیجات بیشتر مصرف کنید.
- هرگز مرغ، ماهی و گوشت خام یا نیم پز نخورید.
- سیگار نکشید و مشروبات الکلی مصرف نکنید.
- از اهداء خون، اعضاء، پرهیز از استفاده مشترک وسایل شخصی، تزریقات و عدم مصرف دارو اعم از شیمیایی یا گیاهی بدون نظر پزشک معالج خودداری کنید.
- به افراد ارائه دهنده خدمات پزشکی و دندانپزشکی در مورد آلودگی خود، اطلاع دهید.
- رفتار جنسی مطمئن داشته باشید و از کاندوم استفاده کنید.
- زخم ها و جراحات را بپوشانید و دستمال یا البسه آلوده به خون را در کیسه پلاستیک قرار دهید. (برای دور انداختن)
- همسر و فرزندان و کسانی که با شما در یک منزل زندگی می کنند باید واکسینه شوند و وسایلی که موقع استفاده از آنها احتمال ایجاد جراحت می رود مثل مسواک، شانه و به خصوص تیغ ریش تراشی، باید برای هر فرد منحصر به فرد باشد.
- در صورتی که لباس یا هر شیء دیگری به خون فرد آلوده آغشته شود، در ابتدا باید خون با آب سرد در حالی که دستکش به دست است کاملاً شسته شود. سپس با دو روش می توان وسیله را ضد عفونی کرد: ۱- استفاده از مواد ضد عفونی کننده مانند مایعات سفید کننده و مواد کلر دار برای مدت ۲۰ دقیقه ۲- جوشاندن برای مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه
- در صورت استفرغ از مصرف داروها خودداری و به پزشک مراجعه کنید از آنتی اسیدها و ضد استفراغ های تجویز شده استفاده کنید.
- اگر برای شما داوری اینترفرون تجویز شده است برای رهایی از بعضی عوارض جانبی اینترفرون الفا از دستورات زیر پیروی کنید**
- الف) ضد دردها از قبیل استامینوفن یا ایبوپروفن می توانند برای جلوگیری یا آرام بخشی نسبی تب و درد بکار روند.**
- ب) تزریق اینترفرون الفا به هنگام خواب به شما اجازه خواهد داد تا در زمان بروز علائم شبیه آنفلوآنزا خواب باشید.**
- ج) انرژی خود را حفظ کنید. بکوشید تا بیشتر استراحت کنید. به اندازه کافی مایعات بنوشید، قبل از درمان و طی درمان مایعات کافی بنوشید.**
- بهبودی کامل ممکن است ماه ها یا بیشتر طول بکشد و باید طی این مدت بطور مکرر مورد بررسی و ارزیابی قرار بگیرید. این ارزیابی از طریق آزمایش خون انجام می شود که بایستی تا رسیدن به نتایج نرمال تکرار شود. پیگیری ممکن است به مدت یکسال بعد از اینکه تست های عملی کبد به حالت طبیعی برگشت ادامه یابد.