

نام و نام خانوادگی:	تاریخ ترخیص:	تشخیص:	پرستار:	پزشک معالج:
<p>بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:</p>				
<p>مراقبت در منزل :</p>				
<ul style="list-style-type: none"> ❖ 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، 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. ❖ پس از کسب انرژی و قطع اسهال فعالیت های عادی از سر گرفته 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. ❖ 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. <p>در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ علائم کم آبی شامل: تشنگی بیش از حد، بی حالی یا بی قراری شدید، چشم های گود افتاده، گریه بدون اشک، ملاحظ 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 (عدم مراجعه به پزشک بیش از ۱۲ تا ۲۴ ساعت برای یک نوزاد و یا بیش از دو تا سه روز برای کودک بزرگتر خطرناک است) ❖ سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی 				