



آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

هپاتیت

شماره پرونده:			
نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج:
		اتاق:	
		تخت:	
نام پدر:	تاریخ تولد:	تشخیص:	تاریخ پذیرش:
	جنس: ☐ زن ☐ مرد		

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما، شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه فرمایید

آموزش های زمان ترخیص و مراقبت در منزل:

ممنوعیت دارویی: هرگز دارویی را بدون مشورت پزشک مصرف نکنید. حتی داروهای ساده ای مثل استامینوفن یا داروهای گیاهی می توانند برای کبد ملتهب شما سمی باشند.

پرهیز از الکل و دخانیات: مصرف الکل در زمان هپاتیت مانند ریختن بنزین روی آتش است و باعث تخریب شدید و دائمی کبد می شود. رژیم غذایی:

- غذا های کم چرب و زود هضم مصرف کنید.
 - مصرف پروتئین را طبق دستور پزشک تنظیم کنید (گاه لازم است محدود شود).
 - وعده های غذایی کوچک و پرکالری (مثل کربوهیدرات های ساده) میل کنید تا انرژی لازم برای ترمیم کبد فراهم شود.
- جلوگیری از انتقال: اگر هپاتیت شما از نوع ویروسی (B یا C) است، شریک جنسی و خانواده باید واکسینه شوند و از اشتراک گذاشتن هرگونه وسیله آلوده به خون جدا خودداری کنید.

علائم خطر (سریعا به اورژانس مراجعه کنید و یا با ۱۱۵ تماس بگیرید):

- گیجی، منگی، یا خواب آلودگی غیر عادی در طول روز.
- تغییر شخصیت، تحریک پذیری یا اختلال در تمرکز.
- لرزش دست ها (شبیه بال زدن پرنده).
- تورم شدید شکم (آسیت) یا ورم ناگهانی پاها.
- استفراغ خونی یا مدفوع کاملاً سیاه و قیر مانند.
- زردی شدید و پیش رونده چشم ها و پوست.
- خونریزی غیر عادی از لثه ها، بینی یا بروز کله های بنفش روی پوست بدون ضربه.
- تهوع و استفراغ مداوم که مانع از خوردن هر گونه غذا شود.