



آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

گاستروانتریت در بزرگسالان

شماره پرونده:			نام خانوادگی:
نام:	بخش:	پزشک معالج:	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 زمان ترخیص و مراقبت در منزل:

- جرعه جرعه بنوشید: اگر هنوز تهوع دارید، مایعات را در حجم بسیار کم (۱ قاشق غذا خوری) اما مکرر (هر ۵ دقیقه) بنوشید. نوشیدن ناگهانی یک لیوان آب باعث استفراغ مجدد می شود.
- شروع رژیم غذایی با موز رسیده، کته ساده (بدون روغن)، پوره سیب و نان تست.
- وسایل شخصی: حوله، لیوان و ظروف بیمار باید تا زمان بهبودی کامل از بقیه خانواده جدا باشد.
- شستشوی دست: بعد از هر بار اجابت مزاج و قبل از دست زدن به غذا، دستها را به مدت ۲۰ ثانیه با صابون بشویید.
- ممنوعیت های مطلق: تا ۴۸ ساعت بعد از اتمام اسهال، از مصرف لبنیات (شیر و پنیر)، غذاهای سرخ کردنی، میوه های خام (جز موز و سیب) و آبمیوه های صنعتی پرهیز کنید. قند موجود در آبمیوه ها اسهال را بدتر می کند.

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

- وجود خون یا مخاط (ژله مانند) در مدفوع.
- تب بالای ۳۸٫۵ درجه.
- درد شدید و مداوم شکم که با دفع اسهال آرام نمی شود.
- علائم کم آبی شدید (گودی چشم، خشکی کامل دهان، سرگیجه شدید).
- مدفوع خونی یا سیاه (نشانه آسیب به جدار روده)
- استفراغ خونی یا استفراغ سبز رنگ (صفراوی)