



تهوع و استفراغ

آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

بیمارستان امام خمینی (ره) - نقده

نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد:	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:
مددجوی گرامی ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اجرا نمایید.			

در صورت بروز هریک از علائم زیر مجدداً به اورژانس یا پزشک مراجعه کنید:

- تشدید درد شکم یا بروز درد ثابت و مداوم در یک نقطه ی خاص شکم
- بدتر شدن علائم و عدم پاسخ به مصرف داروها
- بهتر نشدن علائم پس از 3 روز
- دفع خون همراه مدفوع
- دفع مدفوع به رنگ سیاه شبیه به قیر
- وجود خون روشن یا تیره در محتویات استفراغ
- تب بالا (بیش از 38.5)
- تشدید تهوع و استفراغ به طوری که قادر به خوردن و آشامیدن نباشید
- بی اشتها یا تشنگی شدید (نخوردن غذا حداقل به مدت 12 ساعت) عدم بهبود کامل اسهال پس از 10 روز
- احساس تشنگی و خشکی دهان شدید و مداوم
- کاهش حجم ادرار (عدم دفع ادرار در طول 8 ساعت) یا تیره شدن رنگ ادرار
- کاهش شدید وزن بدن
- ضعف و بی حالی شدید، سرگیجه و سبکی سر
- خواب آلودگی شدید
- سردرد شدید و درد یا سفتی حرکات گردن و سنگینی قفسه ی سینه
- تنگی نفس، تعریق یا رنگ پریدگی شدید

چند توصیه :

جهت شروع رژیم می توانید از برنج یا غلات پخته شده، سیب، موز، نان، گوشت و سبزیجات پخته شده، سیب زمینی و ماست شیرین (کم چرب) استفاده کنید.

در صورت نداشتن تهوع برای جلوگیری از کم آبی مایعات فراوان مصرف کنید.

خوردن او.آر.اس را در منزل ادامه دهید.

غذا را با حجم کم در نوبت های زیاد مصرف کنید.

از مصرف غذاهای بسته بندی شده، فست فود، خامه، کره، مایونز، شکلات، غذاهای بسیار چرب یا پر ادویه و انواع سس ها خودداری کنید

شماره تماس با بیمارستان :

044 - 35661820 داخلی اورژانس: 1260