

## مراقبت های پس از ترخیص

نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: مرد زن	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:

## ❖ علایم کاهش قند خون

هیپوگلاسمی به کاهش غلظت قند خون کمتر از ۷۰ میلی گرم گفته میشود بیمارانی که تحت درمان با انسولین یا برخی قرص های خوراکی مانند گلی بنگلامید هستند ممکن است به این مشکل دچار شوند. علایم کاهش قند خون شامل احساس عصبانیت، ضعف و بی حالی، عرق سرد و مرطوب، تپش قلب، رنگ پریدگی، احساس گرسنگی بیش از حد، لرزش اندام ها، تاری دید و سردرد می باشد.

اگر هیپوگلاسمی به موقع درمان نشود ممکن است خطراتی بوجود بیاورد از جمله اختلال حواس، تشنج و بی هوشی هنگامی که قند به مقدار بسیار کم به مغز برسد انسان دچار اختلال حواس و سرانجام بی هوشی میشود. البته اگر هیپوگلاسمی به موقع درمان شود هیچ عارضه ای برجای نخواهد گذاشت.

## ❖ دلایل بروز هیپوگلاسمی میتواند متفاوت باشد از جمله:

- ✓ کم خوردن یا دیر خوردن غذا
- ✓ فعالیت جسمی بیش از حد معمول
- ✓ تزریق زیاد انسولین یا مصرف قرص های خوراکی بیش از مقدار لازم
- ✓ قرار گرفتن طولانی مدت در معرض نور خورشید
- ✓ تهوع و استفراغ

## ❖ در صورت کاهش قند خون حتما باید درمان شوید درمان کاهش قند خون مصرف یکی از موارد زیر می باشد:

- ✓ نصف لیوان آبمیوه و دیگر مایعات شیرین
- ✓ 2 حبه قند
- ✓ 1 قاشق عسل

## ❖ در زمان کاهش قند خون از مصرف شکلات خودداری کنید باید از قند ساده که سریعتر جذب می شود استفاده نمود.

## ❖ علائم افزایش قند خون:

هائپر گلیسمی به افزایش بیش از حد غلظت قند خون گفته میشود.

افزایش طولانی مدت قند خون سبب پیدایش عوارض مزمن در فرد دیابتی میگردد بنابراین شما به عنوان یک فرد دیابتی لازم است که قند خون خود را در محدوده طبیعی نگه دارید. علایم افزایش قند خون شامل تشنگی شدید، افزایش حجم و تعداد دفعات ادرار، کاهش وزن و اشتهای بیش از حد معمول ممکن است بوجود آیند در این مواقع سعی کنید مایعات بدون شیرین به مقدار زیاد مصرف کنید و پس از اندازه گیری قند خون با پزشک خود مشورت کنید.

## ورزش و فعالیت:

- ✓ منعی جهت انجام فعالیت های روزانه خود ندارید. نیاز به ورزش مرتب می باشد

در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان مراجعه کنید:

- ✓ کاهش سطح هوشیاری

جهت تهیه داروهای منزل با کد ملی و کد پیگیری به داروخانه طبقه همکف مراجعه نمایید

در صورت بروز مشکل و یا نیاز به مراقبت اوزانسی شماره **09945464760** به صورت 24 ساعته پاسخگو شما بیمار گرامی می باشد

بیمارستان حضرت فاطمه (س)

واحد آموزش

