

کد: CT-09-08 تاریخ ابلاغ: 1404/11/15 تاریخ بازنگری: 1405/11/15		کارت آموزش پس از ترخیص بیمار ضربه به سر	 دانشگاه علوم پزشکی سمنان بیمارستان ولایت دامغان واحد آموزش سلامت
1-از مصرف مواد غذایی در حالت خوابیده اکیدا خودداری کنید و فقط در حالت نشسته مواد غذایی مصرف نمایید . 2- جهت جلوگیری از یبوست بهتر است از غذاهای پرفیبر مانند سبزیجات ، میوه های تازه مانند آلو ، انجیر و مایعات استفاده کنید.		تغذیه	
طبق دستور پزشک.		دارو	
-از حضور در مکان هایی با نور و صدای زیاد که باعث تحریک سردرد می شود خودداری کنید . -در صورت بروز درد بهتر است از استامینوفن یا دارویی که پزشک تجویز کرده است استفاده کنید -از مصرف داروهای آرامش بخش و خواب آور و موادی که باعث خواب آلودگی می شود خودداری کنید. -در صورت بروز تورم پوست سر در محل ضربه از کمپرس سرد یا کیسه یخ در 24 ساعت اول استفاده کنید . -در صورت داشتن بخیه ، هفت تا ده روز بعد جهت کشیدن بخیه ها به پزشک مراجعه کنید . -جهت انجام مشاوره و مراقبتهای پرستاری می تواند با واحد مراقبت در منزل منادیان سلامت (09127314611) تماس حاصل فرمایید		مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل (فعالیت ها، محدودیتها و روشهای پیشگیرانه)	
برای پیگیری جواب آزمایشات پس از تماس و اطمینان از آماده شدن جواب آزمایش به بخش بستری مراجعه نمایید		اطلاع رسانی و اعلام نتایج تست های پاراکلینیک بیمار	
در صورت داشتن بخیه ، هفت تا ده روز بعد جهت کشیدن بخیه ها به پزشک مراجعه کنید در صورت بروز هر یک از علائم زیر به اورژانس مراجعه کنید - تشدید تهوع و استفراغ بیش از سه نوبت در 4-6 ساعت - تشدید سردرد یا سردردی که به درمان پاسخ ندهد - بی اختیار ادرار و مدفوع - حالات تشنج -خواب آلودگی شدید و دشواری در بیدار شدن - ترشحات شفاف آبکی و خونی از گوش و بینی .		پیگیری های پس از ترخیص و مکان و زمان مراجعه به پزشک	
شماره تماس بیمارستان: 02335225120 الی 28 واحد آموزش سلامت: 2073 آدرس سایت بیمارستان: velayathos.semums.ac.ir جهت دسترسی به مطالب آموزشی مربوط به بیماری خود با اسکن بارکد، وارد سایت آموزش به بیمار، بیمارستان ولایت شوید 			