

کد: CT-09-36 تاریخ ابلاغ: 1404/11/15 تاریخ بازنگری: 1405/11/15	کارت آموزش پس از ترخیص بیمار دیابت بارداری	 دانشگاه علوم پزشکی سمنان بیمارستان ولایت دامغان واحد آموزش سلامت
	• محدود کردن مواد غذایی حاوی نشاسته مانند برنج و نان و سیب زمینی و خشکبار مانند انجیر خشک و توت خشک و کشمش و آبمیوه صنعتی • به جای 3 وعده حداقل 6 بار در روز با حجم کم از غذا استفاده کنید.	تغذیه
	• داروهای مصرفی { قرص یا انسولین } را سر وقت مصرف نمایید.	دارو
	• استراحت کافی در منزل داشته باشید. • قند خون خود را در منزل کنترل کنید. • هفته ای حداقل یک بار به پزشک معالج خود مراجعه نمایید تا وضعیت خود و سلامت جنین بررسی شود. • خوابیدن به پهلو چپ (در این حالت جریان خون جفت به بهترین نحو برقرار می شود).	مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل (فعالیت ها، محدودیت ها و روش های پیشگیرانه)
	برای پیگیری جواب آزمایشات پس از تماس و اطمینان از آماده شدن جواب به بخش بستری مراجعه نمایید.	اطلاع رسانی و اعلام نتایج تست های پاراکلینیک بیمار
	• در صورت داشتن علائم زیر سریعاً به بیمارستان مراجعه نمایید. 1. علائم افت قند خون : لرزش و تعریق 2. کاهش حرکات جنین 3. انجام سونوگرافی در صورت صلاح دید پزشک معالج در اولین نوبت مراجعه به پزشک در کلینیک رضایی یا مطب (خلاصه پرونده و جواب آزمایش و کارت ترخیص را همراه داشته باشید.	پیگیری های پس از ترخیص و مکان و زمان مراجعه به پزشک
شماره تماس بیمارستان: 02335225120 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 		