



مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی پیامبر اعظم (ص)
بندرعباس

مراقبت های بعد از ترخیص در بیماران مبتلا به کرونا



شناسنامه پمفلت آموزشی کد: 0057-1401/07/30- P.E:

عنوان	مراقبت های بعد از ترخیص بیماران مبتلا به کرونا
تهیه کننده	رقیه کوهستانی
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال بازنگری	۱۴۰۴/۰۱/۱۵
ناظر کیفی: سوپروایزر آموزش سلامت	
تأیید کننده علمی: خانم دکتر فرخنده رزم پور - متخصص تغذیه و رژیم درمانی	

نکات مهم در مورد مصرف داروها پس از ترخیص از

بیمارستان

- در صورتیکه هنگام ترخیص داروهایی جهت ادامه درمان شما در منزل تجویز شده است، آن ها را به طور منظم در زمان های ذکر شده در نسخه پزشک مصرف کنید. حتی اگر احساس بهبودی می کنید داروها را قطع نکنید تا دوره درمان کامل شود.
- این داروها بر اساس شرایط جسمی و وضعیت بیماری شما برایتان تجویز شده است لطفاً از توصیه کردن آن به دیگران پرهیزید.
- در صورتی که قبل از این بیماری، داروهای دیگر مصرف می کنید پزشک خود را مطلع کنید و مصرف آن ها را طبق دستور پزشک معالج ادامه دهید.

” سلامت و تندرست باشید:

منبع:

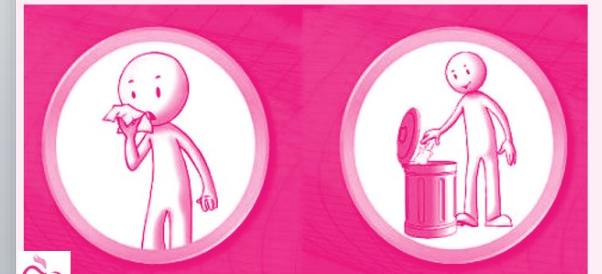
فلوچارت تشخیص و درمان بیماری کوید-۱۹ در سطوح خدمات سرپایی و بستری. وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی ایران. نسخه یازدهم، سال ۱۴۰۰



۷- در صورتیکه اطراف شما افرادی هستند یا وارد اتاق شما می شوند حتماً ماسک بپوشند برای این کار ابتدا دست ها را با آب و صابون شسته و با دستمال کاغذی خشک کنید. ماسک باید تمام ناحیه دهان و بینی را تا زیر چانه بپوشاند.

۸- هنگام عطسه و سرفه کردن، دهان و بینی خود را با دستمال بپوشانید و دستمال کاغذی را پس از استفاده در کیسه زباله و داخل سطل زباله درب دار بریزید، سپس بلافاصله دست هایتان را با آب و صابون حداقل به مدت ۲۰ ثانیه بشوید.

دهان و بینی خودمون رو هنگام سرفه و عطسه بپوشانیم
و بلافاصله دستمال رو بندازیم تو سطل زباله و دست
هامون رو فوراً بشوئیم.



اصول کلی بهداشتی برای بیمار پس از ترخیص

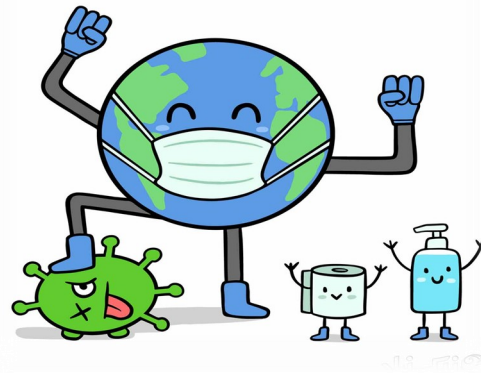
نکات زیر تا پایان دوره قرنطینه باید رعایت گردد.

- پس از ترخیص از بیمارستان همچنان در منزل بمانید (این زمان بسته به شرایط از شروع علائم بین ۱۰ روز تا ۲ هفته می باشد).
- نباید فعالیت خارج از منزل از جمله رفتن به محل کار، مدرسه و دانشگاه و سایر اماکن عمومی را تا پایان دوره قرنطینه انجام دهید.
- از وسایل حمل و نقل عمومی مانند اتوبوس، تاکسی و خودرو مسافركشی استفاده نکنید و جز برای دریافت مراقبت های پزشکی از منزل خارج نشوید.
- در صورتی که سرفه شما بدتر شد مجدد تب کردید و یا تنگی نفس شما تشدید شد بلافاصله به مرکز درمانی مراجعه کنید.



۱- اطمینان حاصل کنید که محل هایی که شما و سایر اعضای خانواده که به طور مشترک از آن ها استفاده می کنید مانند آشپزخانه و دستشویی و حمام، تهویه هوای مناسبی دارند.

۲- در اتاق مجزا بخواهید. اگر این امکان فراهم نیست و منزل شما فقط یک اتاق دارد از ماسک ساده استفاده بفرمایید. در صورتی که اعضای خانواده شما در همین بازه زمانی مبتلا شده اند در منزل نیازی به استفاده از ماسک نمی باشد.



۳- در صورتیکه سایر اعضای خانواده مبتلا نباشند، تعداد دفعات خروج از اتاق را به حداقل برسانید و فقط برای موارد ضروری از اتاق خارج شوید.



۴- در صورتیکه سایر اعضای خانواده اخیرا مبتلا نشده اند، در اتاق مجزا از سایر اعضای خانواده استراحت کنید و اتاق مورد نظر باید یک پنجره باز و یک درب باز داشته باشد تا تهویه هوا به درستی انجام شود.

۵- در صورتیکه سایر اعضای خانواده اخیرا مبتلا نشده اند، فقط یک نفر از اعضای خانواده که در سلامت کامل بوده و بیماری زمینه ای مانند دیابت، بیماری قلبی، تنفسی و کلیوی ندارد از شما مراقبت کند.

۶- بهتر است حداقل تا ۱۴ الی ۲۱ روز پس از شروع علائم به کسی اجازه عیادت ندهید تا زمانی که کاملا بهبود یابید و هیچ علامتی نداشته باشید.

