

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 :

- از غذاهای پر کلسیم (شیر و لبنیات) استفاده کنید، اما مصرف غذاهای پر کلسیم نباید آنقدر زیاد باشد که زمینه تشکیل سنگ های کلیوی را فراهم کند.
 - جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر مانند میوه ها، سبزیجات و مایعات فراوان استفاده کنید.
 - از مصرف موادی که موجب دفع کلسیم از ادرار می شود مانند مواد کافئین دار (چای و قهوه)، مشروبات الکلی و گوشت قرمز خودداری کنید.
 - هر روز ورزش های بدن و عضو مبتلا را انجام دهید تا عضلات عضو ضعیف نشوند. عضلات عضو مبتلا را ۵ تا ۱۱ ثانیه منقبض کنید و سپس رها سازید، این کار را چند بار در روز انجام دهید.
 - مفاصلی که بی حرکت شده اند تا موقعی که در فیکساتور هستند قابل حرکت دادن نیستند ولی عضلات زیر بین را بدون حرکت دادن مفاصل بطور مرتب منقبض و منبسط کنید.
 - در صورت وجود درد، عضو را بالاتر از سطح قلب قرار دهید و از داروهای مسکن تجویز شده توسط پزشک استفاده کنید.
 - جهت پیشگیری از صدمه به بافت های دیگر بدن، نوک تیز پین ها را با باند، پنبه و یا سرپوش های لاستیکی کوچک بپوشانید.
 - هر روز انگشتان را از نظر رنگ، گرمی، حس و حرکت که نشانه سلامت عصبی و خونرسانی عضو است را کنترل کنید و در صورت وجود مشکل به پزشک مراجعه کنید.
 - به هیچ عنوان پیچ ها و گیره ها را دستکاری نکنید.
 - بطور منظم جهت کنترل فیکساتور به پزشک معالج مراجعه کنید.
 - در صورت تجویز آنتی بیوتیک دستورات دارویی را طبق دستور با فواصل منظم مصرف و دوره آن را کامل کنید. از قطع دارو بدون اجازه پزشک خودداری کنید.
- در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- هر گونه قرمزی، ترشح، التهاب پوست اطراف پین و افزایش ورم، التهاب انتهای عضو، رنگ پریدگی، یا کبودی انگشتان با وجود قرار دادن عضو بالاتر از سطح قلب، احساس بی حسی و سوزن سوزن شدن انتهای عضو آسیب دیده، دردی که با مسکن برطرف نمی شود و یا لحظه به لحظه شدت می یابد، شل یا سفت شدن پین و بوی نامطبوع و ترشح چرکی از محل پین
 - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی