دستورالعمل خودمراقبتی در منزل هنگام ترخیص بیماران دارای سوء مصرف مواد (اعتیاد)

**نام و نام خانوادگی بیمار آقا/خانم......................................... تاریخ پذیرش....................................................................**

**پزشک معالج................................................................ تاریخ ترخیص...................................................................**

**بیمار محترم، شما پس از ترخیص از بخش لازم است نکات زیر را رعایت کنید:**

* **حتماً هنگام ترخیص زمان مراجعه بعدی را از پزشک و یا پرستار بخش سؤال بفرمائید، حداقل دو هفته تا یک ماه پس از ترخیص ویزیت مجدد نیاز است.**
* **هنگام ترخیص نسخۀ داروهای در منزل را از پرستار تحویل بگیرید و در منزل از مصرف دقیق و به موقع دارو توسط بیمار اطمینان یابید و شاهد مصرف دارو باشید. همچنین در صورت نیاز به کلینیک متادون مراجعه کنید.**
* **داروهای روان پزشکی ممکن است با عوارضی همراه باشد، لطفاً از قطع خودسرانه داروها اجتناب کنید و با پزشک متخصص خود در میان بگذارید.**
* **باید موقعیت های پر خطر و وسوسه کنندۀ خود را یاد بگیرید تا بتوانید در موقع مناسب از آنها دوری کنید. نوشتن موقعیت های پر خطر و کم خطر گرایش دوباره به مواد اعتیادآور می تواند به شما در مورد درگیری دوباره به اعتیاد یا بستری شدن در بیمارستان کمک کند.**
* **تغییرات روانشناختی یا رفتاری (از جمله اختلال در هماهنگی حرکتی، سرخوشی، اضطراب، حس کندی گذشت زمان، اختلال در قضاوت، انزوای اجتماعی، تحریک پذیری، پرخاشگری، اشکال در خواب، بیقراری و عدم تعادل)**

**مواردی که باید فوراً با سرویس روانپزشکی مشورت نمایید**

**الف) احتمال بروز بیماری های روانی پس از مصرف مواد مخدر صنعتی وجود دارد. بیماران باید در صورت مشاهده علائمی، از جمله توهم، هذیان، رفتارهای غیر معمول، ناتوانی در بیان صحیح هیجانات، اختلال در قضاوت، اختلال در خواب، پرخاشگری و... پس از مصرف مداوم مواد حتما به روانپزشک مراجعه نمایند.**

1. **مواردی که باید فوراَ با سرویس روانپزشکی مشورت نمایند از قرار زیر است:**
2. **وجود افکار خودکشی یا دیگر کشی یا هر نوع فکر در مورد آسیب به خود یا دیگری.**
3. **وجود تفکرات سوئ ظن، افسردگی بارز، احساس گیجی، راه رفتن نامتعادل، تاری یا دوبینی، خواب آلودگی شدید، اختلال در شناخت (مانند توجه و حافظه)، تب، اسهال، بیخوابی، تکلم نامفهوم و بریده بریده، حملات صرع و ....**
4. **ولع یا یک تمایل قوی یا احساس فوریت برای مصرف مواد.**
5. **افزایش یا کاهش ضربان قلب، تعریق شدید یا لرزها، ضعف عضلانی، کندی تنفسی، درد قفسه سینه، شواهدی از کاهش وزن**
6. **کاهش عملکرد روزانه بیمار به طوری که پاسخگویی به نیازهای روزمره و معمولی زندگی کاهش یابد و یا بروز رفتارهایی همچون فرزند آزاری و همسر آزاری و کاهش روابط اجتماعی نیاز به اقدام فوری دارد.**
7. **در صورت بروز هرکدام از این مسائل با شمارۀ 123 اورژانس اجتماعی و 115 اورژانس پزشکی و در صورت نیاز پلیس 110 فورا اطلاع دهید.**

**تاریخ مراجعه بعدی..................................... آدرس کلینیک یا مطب...............................................................................................**