



فحصك فريق قسم الطوارئ، وحالتك الآن تسمح بالعودة إلى البيت. تشرح لك هذه الورقة ما عليك فعله بعد ذلك، وكيف تستفيد من المتابعة، ومتى تعود أو تتصل بالإسعاف.

ما هو؟

تأكد فريق الطوارئ اليوم من عدم وجود مشكلة خطيرة، لكن المرض قد يتغير مع الوقت، وبعض الحالات لا تظهر إلا لاحقاً. العودة إلى البيت تعني أن التعافي هناك آمن الآن. ولا تعني دائماً أن السبب قد عُرف. إذا ساءت حالتك أو ظهر شيء جديد يقلقك فاطلب المساعدة مجدداً.

كيف تعتني بنفسك في المنزل

- اقرأ رسالة الخروج وأي أوراق أخرى أعطيت لك، واسأل قبل مغادرتك عن أي شيء غير واضح.
- تناول أدويةك حسب تعليمات العلية أو تعليمات طبيبك، واحتفظ بقائمة محدثة بها.
- ارتح وكُل واشرب كالمعتاد، ما لم يُطلب منك غير ذلك.
- لا تُقُد السيارة ولا تعمل ولا تشرب الكحول إذا أُعطيت أدوية تسبب النعاس.
- أخبر أحد أفراد عائلتك أو صديقاً بحالتك، ليساعدك إن ساءت.

المتابعة

- راجع الطبيب العام أو المركز الصحي خلال المدة المكتوبة في رسالتك، واصطحب الرسالة معك.
- إذا كانت بعض التحاليل لم تظهر نتائجها بعد، فاسأل كيف ستصلك، والتزم بأي موعد أُعطي لك.
- إذا لم تتحسن كما هو متوقع ولم تتمكن من رؤية طبيبك قريباً، فعُد إلى قسم الطوارئ.

عُد إلى قسم الطوارئ أو اتصل بالإسعاف فوراً إذا:

- ألم أو ضغط أو انقباض في الصدر
- صعوبة شديدة في التنفس، أو ازرقاق الشفتين أو رماديتهما
- ضعف أو تنميل مفاجئ في الوجه أو الذراع أو الساق، أو صعوبة في الكلام
- إغماء أو نوبة تشنّج أو صعوبة شديدة في الاستيقاظ
- نزيف لا يتوقف رغم الضغط المستمر
- ألم شديد يزداد رغم المسكّن
- في أيّ من هذه الحالات اتصل بالإسعاف، ولا تُقُد السيارة بنفسك

