

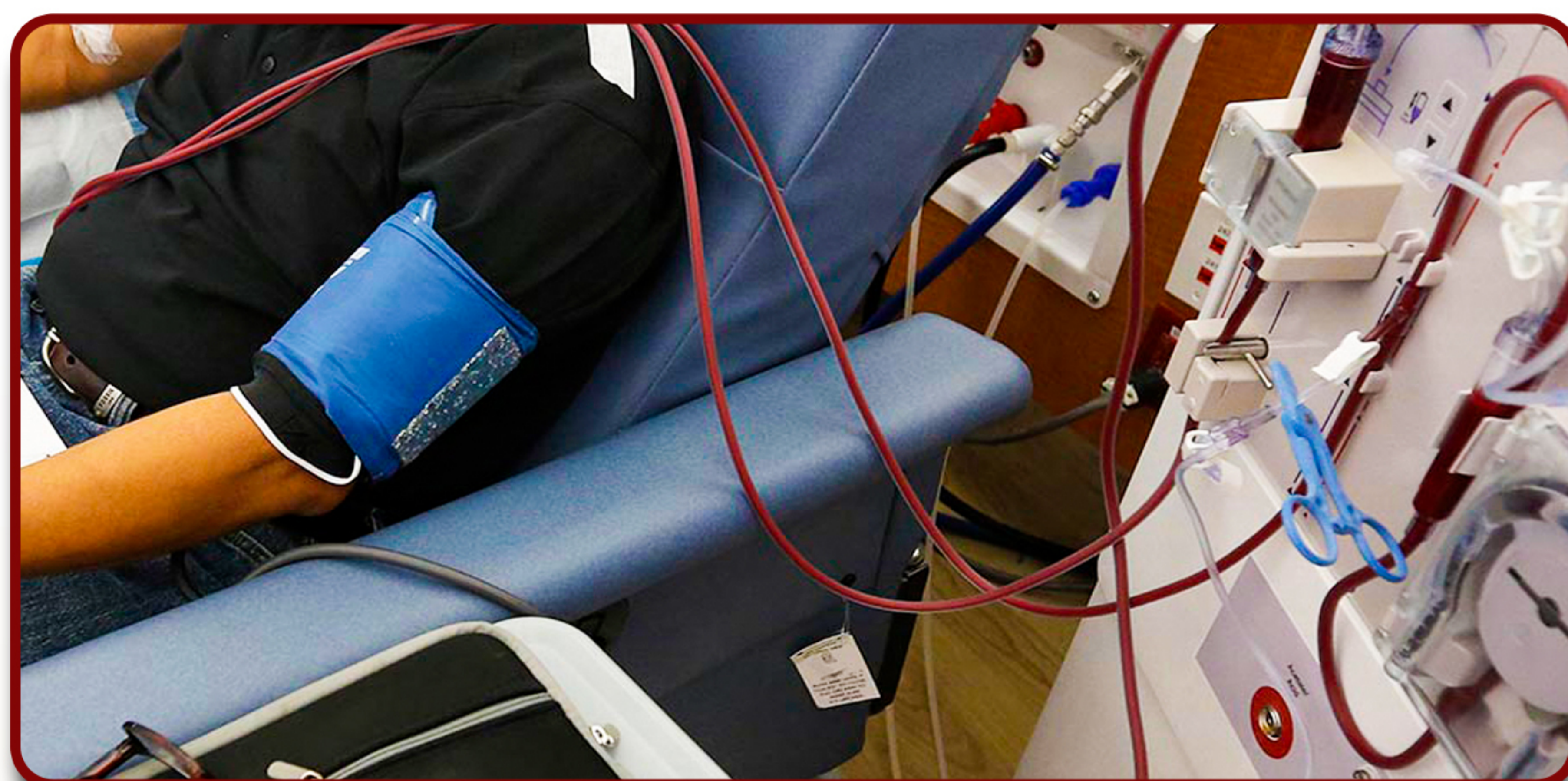


## موارد قابل توجه از طرف بیمار ان همو دیالیزی هنگام مسافرت

**\_ قبل از مسافرت با پزشک خود مشورت کنید  
\_ سعی کنید مدت مسافرت کوتاه باشد  
\_ از موجود بودن مرکز دیالیز در جایی که  
مسافرت می روید اطمینان حاصل کنید  
\_ از مرکز دیالیز خودتان برگ مهمان دریافت  
کنید.**

**\_ اگر قصد مسافرت خارج از کشور دارید برگ  
مهمان به زبان انگلیسی باشد و هزینه دیالیز را  
در نظر بگیرید.**

**\_ اگر در فصل سرما یا گرمای شدید قصد  
مسافرت دارید و بیماری به خصوصی در آن  
منطقه رایج است از مسافرت اجتناب کنید**



- \_ یک روز قبل با بخش دیالیز مقصد هماهنگی کرده وقت بگیرید.**
- \_ دفترچه بیمه و کپی صفحه اول دفترچه را همراه داشته باشید.**
- \_ جواب آزمایش مربوط به هپاتیت خود را از بخش دیالیز خودتان دریافت کنید.**
- \_ برگه گروه خونی خود را همراه ببرید.**
- \_ جواب آخرین آزمایشات روتین خود را همراه داشته باشید**

### **خود مراقبتی در مسافرت :**

- \_ داروهای خود را همراه ببرید و طبق برنامه مصرف کنید**
- \_ در مسافرت از خوردن و آشامیدن بیشتر از اندازه پرهیز کنید**
- \_ محدودیت های غذایی خود را در سفر هم ادامه دهید**
- طبق برنامه دیالیز شوید و جلسات دیالیز خود را حذف نکنید..**
- \_ از خوردن غذاهای آماده به خاطر داشتن نمک زیاد پرهیزید.**
- \_ تنها سفر نکنید حداقل یک همراه داشته باشید.**

- \_ اگر کاتتر موقت دارید در طی مسافرت از پانسمان کاتتر خود غافل نشوید.**
- \_ اگر فیستول دارید از حمل کیف مسافرتی سنگین با دست فیستول دار خود پرهیزید.**
- \_ در حمل آمپول اپرکس خود دقت کنید تا همیشه زنجیره سرما حفظ شود. برای این کار از کیف یخ که از بخش خود دریافت کرده اید استفاده کنید.**
- \_ اگر دیابت دارید در سفر هم انسولین خود را همراه برده و مطابق برنامه استفاده کنید.**

