



فرم آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص
(توسط پزشک و پرستار)

شماره پرونده: Unit No:

Attending Physician:	پزشک معالج:	بخش: Ward:	نام: Name:	Family Name:	نام خانوادگی:
Date Of Admission:	تاریخ پذیرش:			اتاق: Room:	Date Of Birth:
		تخت: Bed:			

تشخیص نهایی: تاریخ ترخیص: تلفن بخش: کد رهگیری دارو و آزمایشات نسخه شده:.....

وضعیت بیمار هنگام ترخیص: بهبودی ☐ بهبودی نسبی ☐ ترخیص با میل شخصی ☐ پیگیری ☐ غیره ☐

مددجوی گرامی: لطفا مطالب این فرم را به دقت مطالعه نمایید و تهیه داروهای نسخه شده و یا انجام آزمایشات درخواستی را فراموش نکنید.

نام دارو	میزان مصرف در روز	زمان مصرف (ساعت)	نحوه صحیح مصرف دارو	آموزش دارو
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐	
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐	
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐	
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐	
رژیم غذایی بعد از ترخیص: غذاهایی با پروتئین های بدون چربی مثل مرغ، ماهی، غلات کامل مانند جو دو سر و میوه هایی مثل سیب و انواع سبزیجات مصرف کنید				تغذیه
محدودیت غذایی: در صورتی که از قرص وارفارین استفاده می کنید از مصرف غذاهایی که با این دارو تداخل دارند مثل چربی ها و مواد خوراکی سرشار از ویتامین k مثل کاهو، شلغم، جگر پرهیز کنید.				
بعد از هفته اول ابتلا به آمبولی اگر پزشک معالج اجازه دادند می توانید حمام به مدت کوتاه و با آب ولرم انجام دهید.				استحمام
در هفته اول ابتلا به آمبولی نباید حرکت کنید. و پس از آن از ایستادن های طولانی مدت خودداری شود. فعالیت های خود را به صورت متناوب انجام دهید و در یک وضعیت ایستاده یا نشسته نباشید.				فعالیت
				مراقبت از زخم، محل جراحی و عضو آسیب دیده
در صورت بروز خونریزی از لثه، خونریزی ادرار یا خونریزی گوارشی و کبودی خودبخودی، تب و تنگی نفس و سردرد حتما به پزشک یا نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه کنید				علام هشدار

پیگیری های پس از	زمان مراجعه به پزشک: اگر پزشک معالج در زمان ترخیص تاکید به مراجعه به مطب داشتند حتما در زمان مقرر طبق دستور پزشک به مطب مراجعه شود
سایر موارد آموزشی	تمرینات تنفس عمیق و سرفه برای جلوگیری از عارضه های ریوی بسیار مفید است. تکان دادن ساق پاها و انگشتان به افزایش جریان خون کمک می کند.
مددجوی گرامی: پس از مطالعه مطالب این فرم، هر گونه سوال یا ابهام احتمالی را یادداشت نموده و تا قبل از خروج از بیمارستان از پرستار خود سوال نمایید. —1 —2 —3	
جهت دسترسی به مطالب آموزشی مربوط به بیماری خود با اسکن بارکد زیر وارد سایت آموزش به بیمار بیمارستان شهید کامیاب می شوید. آدرس سایت آموزش به بیمار بیمارستان شهید کامیاب: http://h-kamyab.mums.ac.ir در صورت وجود هر گونه سوال در زمینه بیماری خود می توانید همه روزه (به جز روزهای تعطیل) از ساعت 7:30 تا 13 با کلینیک پرستاری آموزش سلامت تماس بگیرید. شماره تلفن کلینیک پرستاری: 05138026159 در صورت نیاز به سوال خارج از ساعت ذکر شده با بخش بستری خود تماس بگیرید. امضاء / اثر انگشت بیمار یا همراهی مهر و امضاء پزشک مهر و امضاء پرستار	