



شماره پرونده: Unit No:

مرکز پزشکی آموزشی، پژوهشی و درمانی / مرکز آموزشی، درمانی:

فرم آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص

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

آموزش های زمان ترخیص توسط پزشک و پرستار (فلج چهار اندام)							
نام دارو	میزان و مدت زمان مصرف	نحوه صحیح مصرف دارو					
آموزش دارو		قبل از غذا	بعد از غذا	همراه غذا	ناشتا	موقع خواب	با آب زیاد
		قبل از غذا	بعد از غذا	همراه غذا	ناشتا	موقع خواب	با آب زیاد
		قبل از غذا	بعد از غذا	همراه غذا	ناشتا	موقع خواب	با آب زیاد
		قبل از غذا	بعد از غذا	همراه غذا	ناشتا	موقع خواب	با آب زیاد
		قبل از غذا	بعد از غذا	همراه غذا	ناشتا	موقع خواب	با آب زیاد
مراقبت از زخم، محل جراحی و عمو آسیب دیده	زمان تعویض پانسمان (در صورت وجود): کشیدن سوند (در صورت وجود): زمان دریافت بیوپسی (در صورت وجود): معمولا پانسمان زخم هر روز تعویض شود و در صورت استحمام پانسمان ضدآب استفاده شود.						
	زمان کشیدن بخیه (در صورت وجود): زمان کشیدن درن (در صورت وجود): زمان استحمام:						
تغذیه	ممکن است به دلیل بی حرکتی دچار یبوست شوید. جهت جلوگیری از آن می بایست روزانه 12-8 لیوان مایعات مصرف نمایید. کاهش حرکات گوارشی و عدم تحرک کافی منجر به یبوست و بی اشتها می شود. مصرف رژیم غذایی با فیبر زیاد، نان سبوس دار گندم، نان جو، میوه جات: انجیر، سیب با پوست، آلو بخارا، گلابی، انبه، پرتقال، توت فرنگی، توت سیاه، کیوی و کشمش می تواند سیستم گوارشی را تحریک کرده و از ایجاد یبوست و نفخ جلوگیری و به بهبود اشتها کمک کند. در رژیم غذایی خود مرکبات و ویتامین سی را قرار دهید. به بهبود محل زخم کمک می نماید. از یک رژیم غذایی سالم و کم چرب پیروی نمایید. از مصرف الکل و نوشیدنی های کافئین دار و دخانیات خودداری نمایید.						
فعالیت	بیمار بعد از اجازه پزشک به کمک واکر و ویلچر و همراهان الزم است در طول روز چندین مرتبه از بستر خارج شده و تحرک داشته باشد. برنامه های فیزیوتراپی و کار درمانی بیمار را جهت بهبود عملکرد فردی دنبال نمایید. جهت پیشگیری از بروز عفونت ریه به دلیل داروهای بیهوشی و بی حرکتی بهتر است در طول روز بیمار چندین مرتبه سرفه موثر و تنفس عمیق داشته باشد. جهت پیشگیری از لخته شدن خون در پاها بهتر است در طول روز چندین مرتبه پاهای بیمار را ماساژ و حرکت دهید. بیماران فاقد حرکت جوراب های ضد آمبولی ممکن است به مدت طولانی استفاده نمایند. در صورت استفاده باید دقت شود که اندازه جوراب ها دقیقا متناسب با پا باشد و جوراب ها بدون تا خوردگی و چروکیدگی پوشیده شود. جوراب ها را هر 3 ساعت خارج و 3 ساعت بپوشد و تکرار نماید. برای پیشگیری از خشکی مفاصل می بایست در طول روز چندین مرتبه مفاصل را در دامنه حرکتی خود جابه جا نمایید.						
پیگیری های پس از ترخیص	جلوگیری از زخم بستر: از تخت بادی و تشک های مخصوص برای بیمار استفاده نمایید. به طور مرتب هر دو ساعت در تخت تغییر پوزیشن داشته باشید. به طور مرتب روزانه استحمام و مراقبت از پوست را داشته باشید. بطور مرتب کل بدن بیمار را بررسی کنید و به پوست ناحیه استخوانی توجه خاص داشته باشید. در بررسی روزانه نواحی تحت فشار، هم از طریق مشاهده و هم از طریق لمس معاینه دقیق داشته باشید. در لمس بایستی به مواردی همچون گرمی، سفتی و ادم توجه کنید. پوست بیمار را سالم و خشک نگه دارید، پوستی که بطور مکرر با ادرار، عرق یا مدفوع مرطوب می شود بیشتر تخریب می شود. اگر پوست بیمار خشک است از کرمهای چرب کننده استفاده کنید. پوست بیمار را بعد از حمام خوب خشک کنید اما با حوله محکم مالش ندهید چون پوست می تواند دچار آسیب شود اگر بیمار سوند ادراری دارد می بایست کیسه ادراری پایین تر از تخت وی باشد. هر گز مسیر سوند کشیده نشود. روزانه سه نوبت پرینه و ناحیه تناسلی را با آب شستشو دهید.						
سایر موارد آموزشی	زمان مراجعه به پزشک:						

تلفن واحد بستری شده بیمار:

امضاء و اثر انگشت بیمار یا همراه:

<http://nobat.mums.ac.ir/AppointmentSite/>

اخذ نوبت فقط بصورت اینترنتی:

<https://h-kamyab.mums.ac.ir/ward/uc2>

همراه داشتن کارت ترخیص ضروری می باشد.

با اسکن بارکد از مطالب آموزش به
بیمار سایت بیمارستان استفاده
نمایید.



کلینیک پرستاری آموزش سلامت : 05138026159 ساعت 8 الی 12
درمانگاه تخصصی : 05138026318 ساعت 7 صبح الی 14 بعد از ظهر میباشد
در خارج از ساعت اداری بخشی که از آن ترخیص شده اید.

ترخیص ایمن

بیمار گرامی:

پس از مطالعه آموزش های ارائه شده در صورت وجود هرگونه ابهام یا سوال در فرم پیش رو ثبت نموده و از پرستار خود سوالات را
پرسید.

-1

-2

-3

-4

تلفن 38026159 در شیفت صبح ساعت 8-12 آماده پاسخگویی به سوالات شما می باشد. در صورت سوال در ساعات دیگر با بخش
بستری خود تماس حاصل فرمایید.