



شماره پرونده: Unit No:

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

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 (آسیب ستون فقرات)

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 عضو 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.	
تغذیه	1. بخیه ها یا گیره های زخم به طور کامل در مدت 10-14 روز بعد از عمل با اجازه پزشک خارج می شود. 2. ممکن است به دلیل بی حرکتی دچار یبوست شوید. جهت جلوگیری از آن می بایست روزانه 8-12 لیوان مایعات مصرف نمایید و در رژیم غذایی خود میوه و سبزی قرار دهید. گلابی و الو و کیوی به رفع یبوست کمک می نماید. 3. در رژیم غذایی خود مرکبات و ویتامین سی را قرار دهید. به بهبود محل زخم کمک می نماید. 4. از یک رژیم غذایی سالم و کم چرب پیروی نمایید. از مصرف الکل و نوشیدنی های کافئین دار و دخانیات خودداری نمایید. 5. آنتی بیوتیک تجویزی را طبق دستور تا انتها مصرف نمایید. از قطع زودتر از موعد پرهیزید.	
فعالیت	1. از انجام حرکات تکراری و ناگهانی مانند حرکاتی چون خم شدن و دولا شدن، چرخش، بالا رفتن از نردبان و بشین و پاشو تا 3 ماه خودداری نمایید. 2. از بلند کردن اجسام سنگین تر از 3.5 کیلو تا 1.5 ماه اجتناب شود. جهت بلند کردن اجسام از روی زمین بایستی زانو ها خم شده و جسم را بلند نمایید. 3. جهت جلوگیری از لخته شدن خون در پاها، به طور مداوم اندام ها را حرکت داده و منقبض و شل نمایید. هر ساعت چند نوبت ساق پاها را ماساژ دهید. 4. جهت پیشگیری از بروز زخم بستر می بایست هر دو ساعت تغییر وضعیت داشته باشید. پوست را به طور مداوم از نظر بروز زخم بستر بررسی نمایید. بهتر است از تشک مواج برای بیمار استفاده شود. 5. بهتر است از توالیت فرنگی یا صندلی مخصوص و یا لگن برای دفع استفاده نمایید. 6. در صورت بروز علائم زیر بلافاصله به پزشک مراجعه نمایید: تب، قرمزی زخم، تورم و سفت شدن محل عمل، بی حسی پیشرونده اندام ها، هرگونه ترشح از زخم خصوصا ترشح زرد رنگ از محل زخم، اختلال در دفع ادرار و مدفوع	
پیگیری های پس از ترخیص	گاهی از کمر بند و گردنبند جهت ترمای ستون فقرات استفاده می شود. استفاده از کمر بند یا گردنبند به دلیل 1- حفظ نظم و راستای ستون فقرات می باشد 2- ثابت نگه داشتن ستون فقرات در دوران بهبود 3- کنترل کردن درد از طریق محدود کردن حرکت توصیه می شود. ممکن است تا 3 ماه بعد از تروما نیاز به کمر بند یا گردنبند داشته باشید. توجه داشته باشید سایز آن مناسب باشد. گردنبند یا کمر بند بزرگ ستون فقرات را درست حمایت نمی کند و اگر کوچک باشد سبب زخم یا فشار به احشای داخلی می شود.	

زمان مراجعه به پزشک:	سایر موارد آموزشی
امضاء پرستار :	امضاء پزشک :

امضاء و اثر انگشت بیمار یا همراه:

تلفن واحد بستری شده بیمار:

اخذ نوبت فقط بصورت اینترنتی: http://nobat.mums.ac.ir/AppointmentSite/ https://h-kamyab.mums.ac.ir/ward/uc2 همراه داشتن کارت ترخیص ضروری می باشد.		
کلینیک پرستاری آموزش سلامت : 05138026159 ساعت 8 الی 12 درمانگاه تخصصی : 05138026318 ساعت 9 صبح الی 6 بعد از ظهر میباشد در خارج از ساعت اداری بخشی که از آن ترخیص شده اید.		با اسکن بارکد از مطالب آموزش به بیمار سایت بیمارستان استفاده نمایید.

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 بپرسید.

-1

-2

-3

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.