



مرکز پزشکی آموزشی، پژوهشی و درمانی / مرکز آموزشی، درمانی:
فرم آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص

شماره پرونده: Unit No:

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 (عضو گچ گرفته)

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 □
مراقبت از زخم، محل جراحی و عضو آسیب دیده	در شکستگی های بسته، التیام شکستگی و بازگشت کامل قدرت و تحرک اندام مصدوم به طور میانگین 6-8 هفته به طول می انجامد. قطعات استخوانی شکسته شده را در جای خود قرار می دهند و توسط گچ در وضعیت مناسب نگه داشته می شوند، تا فرایند ترمیم صورت گردد. هفته اول بعد از شکستگی، باید بطور مرتب مچ اندام خود را به بالا و پایین حرکت دهید. هدف از این کار افزایش جریان خون در اندام است تا بدینوسیله از ایجاد لخته در وریدهای عمقی پیشگیری شود و ترمیم استخوان تسریع یابد. بیمار باید حرکاتی را که توسط پزشک یا فیزیوتراپ به وی آموزش داده شده است در منزل بطور مرتب انجام دهد تا مفاصل وی دچار خشکی نشوند. اندام را بالاتر از سطح بدن نگه دارید.	
تغذیه	مقدار کافی پروتئین (حبوبات، غلات، لبنات، گوشت سفید و ماهی) و کلسیم (لبنیات، شیر، ماست) مصرف نمایید. موادی مثل شکر، نمک، الکل، کافئین و گوشت قرمز، روغن جامد، شیر پرچرب، می تواند موجب ضعیف شدن استخوان و کند شدن روند ترمیم شکستگی استخوان شوند. آب به میزان کافی (8 لیوان) در طول روز مصرف نمایید.	
مدت زمان و نحوه صحیح مصرف دارو	آنتی بیوتیک ها (طبق دستور پزشک) - مسکن (شیاف دیکلوفناک، قرص استامینوفن) در صورت استراحت در بستر، داروهایی برای جلوگیری از لخته شدن خون در اندامهای تحتانی به بیمار داده میشود که ممکن است تزریقی یا خوراکی باشند. (امپول اناکساپرین، قرص آپیکسابان، آمپول هپارین) طبق آموزش داده شده در بخش استفاده نمایید.	
پیگیری های پس از ترخیص	در صورت مشاهده ی علائمی که نشانه عوارض گچ گیری می باشد سریعاً به پزشک مراجعه نمایید. (درد و ورم کنترل نشده، سردی و رنگ پریدگی انگشتان، بی حسی اندام، ترشحات چرکی و بوی نامطبوع) کارت ترخیص، نسخه دارویی و خلاصه پرونده را از منشی بخش قبل از ترخیص تحویل بگیرید یک هفته پس از ترخیص جهت ویزیت به درمانگاه مراجعه شود. کارت ترخیص و خلاصه پرونده خود را حفظ و هنگام ویزیت همراه خود داشته باشد. شروع فعالیت مجدد بعد از اولین مراجعه به پزشک مشخص می گردد.	

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: <https://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 13:00

با کلینیک پرستاری آموزش سلامت تماس بگیرید. شماره تلفن کلینیک پرستاری: 05138026159 شماره ای: 09966601141

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

