



دانشگاه علوم پزشکی مشهد

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: جهت بهبود زخم و ترمیم شکستگی مصرف مواد حاوی کلسیم (شیر، ماست، کره)، سبزیجات، میوه تازه، پروتئین های گیاهی مانند عدس سویا قارچ و مواد سرشار از ویتامین های آ و ث توصیه می گردد.					تغذیه
محدودیت های غذایی: مصرف شکر و نمک محدود گردد. مایعات فراوان مصرف نمایید و استفاده از نوشیدنی های گاز دار محدود شود.					
استحمام بدون خیس شدن آتل (یا پوشاندن یا پانسمان ضد آب) بلامانع است.					استحمام
بعد از بازکردن آتل جهت تقویت عضلات دست مشت کردن و باز کردن دست توصیه می گردد.					فعالیت
جهت برطرف کردن خارش عضو گچ گرفته از شی نوک تیز استفاده نفرمایید. از بلند کردن اجسام سنگین خودداری نمایید					مراقبت از زخم، محل جراحی و عضو آسیب دیده
معمولا تا 3 هفته دست باید با گچ و آتل ثابت شود. از بازکردن و یا خیس کردن آتل با گچ خودداری نمایید					
در صورت وجود جراحت جهت تعویض پانسمان طبق دستور پزشک به درمانگاه مراجعه نمایید					
جهت کاهش تورم بهتر است دست آسیب دیده به گردن آویزان باشد و یا 20 سانتی متر بالاتر قرار گیرد					علامت هشدار
در صورت بروز تب، ترشح، قرمزی، تپش قلب، درد شدید که با مسکن برطرف نشود، تورم، گزگز، رنگ پریدگی و بی حسی و کبودی انگشتان دست هر چه سریعتر به درمانگاه مراجعه نمایید. حرکت انگشتان جهت کاهش تورم و جلوگیری از ایجاد زخم فشاری در ناحیه گچ یا آتل ضروری می باشد.					

زمان مراجعه به پزشک:

سیگار باعث کاهش خون رسانی در اندام ، عدم بهبودی و سیاه شدن عضو می گردد مصرف آن را کاهش دهید.
آنتی بیوتیک طبق نظر پزشک مصرف شود.

مداخله 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: <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 اپتا: 09966601141

در صورت نیاز به سوال خارج از ساعت ذکر شده با بخش بستری خود تماس بگیرید.

مهر و امضاء پرستار

مهر و امضاء پزشک

امضاء / اثر انگشت بیمار یا همراهی