

واحد بهبود کیفیت	به نام خدا		 بیمارستان موسی بن جعفر (ع) شهرستان قوچان
	عنوان سند: فرم آموزش به بیمار حین ترخیص (بخشهای جراحی)		
	تاریخ تدوین: 1401/08/26 تاریخ بازنگری: 1403/8/26 تاریخ بازنگری بعدی: 1405/8/26	شماره سند: M.14.N-S/51 شماره بازنگری: 1 شماره ویرایش:	

شماره پرونده: Unit No:

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

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

تشخیص نهایی: **دیسک کمر** 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 ☐	
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐	
تغذیه	رژیم غذایی بعد از ترخیص: رژیم غذایی کم نمک و کم چربی داشته باشید. مصرف میوه و سبزیجات تازه. در صورتی که دیابت دارید رعایت رژیم دیابتی الزامی می باشد رژیم پروتئین (گوشت سفید و کم حجم)			
استحمام	48 تا 72 ساعت بعد از عمل استحمام کنید ولی در صورتی که نیاز به استحمام زودتر دارید از پانسمان ضد آب استفاده کنید			

فعالیت	۱- استراحت در منزل در هفته اول به طرف پهلوها باشد ۲- انجام حرکات ورزشی، راه رفتن و حرکات اندامها به تدریج بیشتر شود و برای راه رفتن و فعالیت تا 3 ماه از کمربند بریس استفاده نمایید. ۳- کمر خود را خم و راست نکنید . ۴- جسم سنگین تر از 2-3 کیلوگرم بلند نکنید . ۵- اگر نیاز به بلند کردن یا حمل چیزی داشتید؛ به جای خم کردن کمر، زانوهای خود را خم کنید. ۶- حداقل دو هفته بعد از عمل جراحی رانندگی نکنید. ۷- به هیچ وجه ورزشهایی مانند دویدن، کوهنوردی و وزنه برداری را انجام ندهید تا بهبودی کامل حاصل شود. این محدودیتها را تا 6 هفته بعد از عمل جراحی، رعایت کنید. (کمربند هنگام استراحت باز شود) ۸- در صورت ضعف اندامها فیزیوتراپی انجام شود. ۹- از توالف فرنگی استفاده کنید.
عضو آسیب دیده محل جراحی و مراقبت از زخم.	زمان تعویض پانسمان: محل بخیه ها را خشک و تمیز نگه داشته و یا با پانسمان خشک روی آنرا بپوشانید و پانسمان زخم روزانه تعویض شود. کشیدن بخیه: کشیدن بخیه طبق نظر پزشک بعد از اولین ویزیت (در اولین نوبت مراجعه به پزشک در درمانگاه یا مطب؛ جواب آزمایش، خلاصه پرونده و کارت ترخیص را همراه داشته باشید). زمان کشیدن بخیه:.....
علائم هشدار	در صورت داشتن موارد زیر حتما به بیمارستان مراجعه نمایید: ۱- ترشح از محل عمل و کاهش قدرت عضلانی ۲- هر گونه علائم مربوط به عفونت نظیر تب، قرمزی محل زخم، ترشح از محل بخیه ها و تورم و سفت شدن محل زخم و زیاد شدن درد
پس از ترخیص پیگیری های	زمان مراجعه به پزشک: در اولین نوبت مراجعه به پزشک در درمانگاه یا مطب؛ جواب آزمایش، خلاصه پرونده را همراه داشته باشید.
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- در صورت وجود هر گونه سوال در زمینه بیماری خود می توانید همه روزه (به جز روزهای تعطیل) از ساعت 8 تا 12 با کلینیک پرستاری آموزش سلامت تماس بگیرید. شماره تلفن کلینیک پرستاری: 15-05147233412 داخلی 227 در صورت نیاز به سوال خارج از ساعت ذکر شده با بخش بستری خود تماس بگیرید.  *** جهت دسترسی به مطالب آموزشی مربوط به بیماری خود با اسکن بارکد بالا وارد سایت آموزش به بیمار بیمارستان موسی بن جعفر (ع) قوچان می شوید. امضاء / اثر انگشت بیمار یا همراهی مهر و امضاء پزشک مهر و امضاء پرستار	