

واحد بهبود کیفیت	به نام خدا		 بیمارستان موسی بن جعفر (ع) شهرستان قوچان
	عنوان سند: فرم آموزش به بیمار حین ترخیص (بخشهای جراحی)		
	شماره سند: M.14.N-S/64 شماره بازنگری: 1 شماره ویرایش:	تاریخ تدوین: 1401/08/17 تاریخ بازنگری: 1403/8/17 تاریخ بازنگری بعدی: 1405/8/17	

Unit No:	شماره پرونده:
----------	---------------

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: سنگ کلیه تاریخ ترخیص: تلفن بخش: کد رهگیری دارو و آزمایشات نسخه شده:							
وضعیت بیمار هنگام ترخیص: بهبودی ☐ بهبودی نسبی ☐ ترخیص با میل شخصی ☐ پیگیری ☐ غیره ☐ مداخله گرامی: لطفا مطالب این فرم را به دقت مطالعه نمایید و تهیه داروهای نسخه شده و یا انجام آزمایشات درخواستی را فراموش نکنید.							
آموزش دارو	نام دارو	میزان مصرف در روز	زمان مصرف (ساعت)	نحوه صحیح مصرف 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:						
	1- رژیم غذایی کم نمک داشته باشید.						
	2- مایعات فراوان به ویژه آب (روزانه 8 لیوان) همراه با سبزیجات و میوه تازه استفاده نمایید.						
	3- نوشابه های کافیین دار، چای پر رنگ و نوشابه های گازدار را محدود کنید.						
	محدودیت های غذایی:						
استحمام	در صورتیکه سنگ از نوع کلسیم باشد: خوردن گوشت (1 تا 2 بار در هفته)، نمک، پنیر، گردو، فندق، شکلات، کشمش، زیتون و تخم مرغ را محدود کنید.						
	4- در صورتیکه سنگ از نوع اگزالات باشد: خوردن نوشابه های گازدار، شکلات و بادام زمینی را محدود کنید.						
	5- در صورتیکه سنگ از نوع اوریک اسید باشد: خوردن گوشت های حیوانی، حبوبات و نمک را محدود کنید و در مصرف موادی مانند محصولات کنسروی، انگور، کاکائو، چای و قهوه احتیاط کنید. گلابی، سیب، سوسیس						
	منعی ندارد						

فعالیت	1- ورزش های سبک در فضای باز مثل قدم زدن ،دوچرخه سواری،طناب زدن برای شما مفید است . 2- از فعالیت های فیزیکی سنگین که موجب تغییرات درجه حرارت زیاد بدن می گردد، خودداری کنید. 3- از عرق کردن زیاد که باعث کاهش ادرار و افزایش غلظت آن می شود اجتناب کنید. 4-
علائم هشدار	در صورت داشتن موارد زیر حتما به بیمارستان مراجعه نمایید : 1- ادرار خونی(وجود خون بصورت غلیظ و مداوم)،کاهش ادرار و یا سوزش و تکرر ادرار 2- قرمزی ،تورم ،ترشح و خونریزی محل عمل 3- داشتن تب 4-
پیگیری های پس از ترخیص	زمان مراجعه به درمانگاه یا مطب بعد از اولین ویزیت (در اولین نوبت مراجعه به پزشک در درمانگاه یا مطب ،جواب آزمایش ،خلاصه پرونده به همراه داشته باشید)
سایر موارد آموزشی	برای پیگیری جواب آزمایشات پس از تماس و اطمینان از آماده شدن جواب آزمایش ،به بخش مراجعه نمایید.
ممدجوی 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	