

واحد بهبود کیفیت	به نام خدا		 بیمارستان موسی بن جعفر (ع) شهرستان قوچان
	عنوان سند: فرم آموزش به بیمار حین ترخیص (بخش سی سی یو)		
	تاریخ تدوین: 1401/08/13 تاریخ بازنگری: 1403/08/13 تاریخ ویرایش: 1405/08/13	شماره سند: M.14.N-CCU/89 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:	بخش: CCU	Name: _____ نام:	Family Name: _____ نام خانوادگی:
Date Of Admission: _____ تاریخ پذیرش:		Date Of Birth: _____ تاریخ تولد:	Father Name: _____ نام پدر:
Room: _____ اتاق:	Bed: _____ تخت:		

تشخیص نهایی: نارسایی احتقانی قلبی 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 ☐
			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 باید کم نمک و کم چرب باشد. سرشار از گلوکز و پتاسیم باشد. 2- استفاده از گوشت سفید مثل مرغ. ماهی و بوقلمون... غذاها در وعده های کوچک و مکرر استفاده کنید و مصرف غذاهای پرچرب خودداری کنید. 3- سبزیهای تازه و میوه ها می تواند احتمال بروز حمله های قلبی و مغزی را به میزان قابل ملاحظه ای کاهش دهند. 4- مصرف شوید. هویج. سیب در کاهش کلسترول خون موثر است 5- گوجه فرنگی سرشار از آنتی اکسیدان است . 6- از خوردن غذاهای نفاخ و پرادویه اجتناب کنید.		
	ازدوش گرفتن با اب داغ و خیلی سرد خودداری کند. از زیاده ماندن در حمام جلوگیری شود.		
	استحمام		

فعالیت	*در زمان ابتلا به بیماری تا پایدار شدن وضعیت باید در بستر استراحت کنید. *پس از درمان می توانید فعالیتهای مثل حمام کردن ولباس پوشیدن و قدم زدن را به مدت کوتاه بتدریج شروع کرده و برای جلوگیری از خستگی زیاد در فواصل لازم استراحت کنید. *در صورت که تنگی نفس دارید توصیه می شود لبه تخت نشسته پاهای خود را از تخت اویزان کرده در صورتی که نمی توانید بنشینید پاها را اویزان کنید.در وضعیت نشسته یا نیمه نشسته در بستر قرار بگیرد تا بتوانید راحت تر نفس بکشید. *بعداز مرحله حاد بیماری با نظر پزشک ورزش کنید.
علائم هشدار	*افزایش سرفه *افزایش خستگی *تنگی نفس *رنگ پریدگی *افت فشارخون
پیگیری های پس از ترخیص	زمان مراجعه به پزشک: در صورت داشتن علائم هشدار دهنده به پزشک یا بیمارستان مراجعه کنید... 2-در اولین نوبت مراجعه به پزشک طبق دستور پزشک محترم لطفاً آزمایشات .خلاصه پرونده.به همراه داشته باشید.
سایر موارد آموزشی	*ازمواد محرک زا تنفسی مثل سیگار قلیان پرهیز شود در محیط هایی که دودو سیگار وجود دارد وارد نشوید. *در صورت داشتن تنگی نفس حتما اکسیژن در دسترس داشته باشید. *اتاق دارای تهویه مناسب باشد. *در صورت قرار گرفتن در معرض سرما از ماسک وشال گردن استفاده شود..
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	