

واحد بهبود کیفیت	به نام خدا		 بیمارستان موسی بن جعفر (ع) شهرستان قوچان
	عنوان سند: فرم آموزش به بیمار حین ترخیص (بخشهای داخلی)		
	تاریخ تدوین: 1401/08/20 تاریخ بازنگری: 1403/8/20 تاریخ بازنگری بعدی: 1405/8/20	شماره سند: M.14.N-I/134 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: پانکراتیت 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 : 1- غذاهای کم چرب، پر پروتئین و پر کربوهیدرات مصرف نمائید * غذاهای کم چرب شامل: غذاهای آب پز و بخار پز و بدون سرخ کردنی (می توانید به مقدار کم روغن روی غذا فقط اسپری کنید) و پرهیز از مصرف خوراکیهایی مانند سس مایونز، سوسیس و کالباس میباشد. * غذاهای پر کربوهیدرات مانند: پوره خرما، پوره سیب زمینی * غذاهای پر پروتئین شامل: گوشت کم چرب، لبنیات کم چرب (پنیر، ماست، شیر، بستنی) و تخم مرغ میباشد. 2- از خوردن غذاهای سنگین و نفاخ مانند کله پاچه، آبگوشت و آش خودداری کنید (می توانید سوپ و آبگوشت را در یخچال گذاشته، چربی روی آن را جدا و سپس استفاده نمایید). 3- گوشت قرمز، دل، جگر، قلوه، سیب زمینی سرخ شده استفاده نشود. از مصرف بیش از حد قهوه و ادویه جات پرهیز کنید. 4- تعداد وعده های غذایی را افزایش و حجم آنها را کاهش دهید. اسفناج، انواع توتها و غالت در رژیم غذایی خود قرار دهید. 5- مصرف آب فراموش نشود. 6- می توانید با صلاحدید پزشک از مکمل های ویتامینی استفاده کنید. محدودیت های غذایی: 1- از آنجایی که مستعد دیابت هستید، میزان شکر و قند را کاهش دهید. مصرف سیگار و الکل را قطع نمائید. 3- از خوردن مقدار زیادی فیبر در یک وعده غذایی خودداری کنید، حجم زیادی از میوه ها و سبزی میتواند سرعت هضم غذاها را کاهش دهد و در نتیجه سبب کاهش جذب مواد مغذی شود، بعلاوه میزان بالایی فیبر موجب میشود تا میزان تاثیرگذاری آنزیمهای گوارشی کاهش یابد.
استحمام	منعی ندارد
فعالیت	• در صورت احتیاج استراحت کنید و به طور تدریجی فعالیت عادی خود را از سر بگیرید.
علامت هشدار	* درد شدید شکمی، تب، تهوع * کاهش ناخواسته وزن * زرد شدن ملتحمه چشم یا پوست (یرقان) * تورم شکم، بروز کبودی در ناحیه پشت و شکم
پس از ترخیص پیگیری های	* در اولین نوبت مراجعه به پزشک 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	