

واحد بهبود کیفیت	به نام خدا		 بیمارستان موسی بن جعفر (ع) شهرستان قوچان
	عنوان سند: فرم آموزش به بیمار حین ترخیص (بخشهای داخلی)		
	شماره سند: M.14.N-I/135 شماره بازنگری: 1 شماره ویرایش:	تاریخ تدوین: 1401/08/20 تاریخ بازنگری: 1403/8/20 تاریخ بازنگری بعدی: 1405/8/20	

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: **پنومونی** 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: * مواد غذایی حاوی پروتئین مانند گوشت، ماهی، لبنیات، تخم مرغ و مغزها نمایید. * مواد غذایی دارای ویتامین مانند میوه جات و سبزیجات و مایعات بیشتر مصرف نمایید. * وعده های غذایی را در حجم کم و دفعات بیشتر مصرف نمایید.			
استحمام	—			
فعالیت	* استراحت کافی به بهبودی کمک می کند و بهتر است هنگام استراحت در وضعیت نیمه نشسته قرار گیرید و به صورت مکرر تغییر وضعیت بدهید. * پس از مرحله حاد بیماری به تدریج فعالیت ها را افزایش دهید و فعالیتهای روزمره را از سر بگیرید به نحوی که باعث خستگی و تنگی نفس نشود. * بین فعالیت ها به طور متناوب استراحت نمایید. در بیماران مسن بهبودی ممکن است چندین هفته طول بکشد.			

علائم هشدار	در صورت بروز علائم زیر به مرکز درمانی مراجعه نمایید: * تب و لرز * تنگی نفس * درد قفسه سینه که با تنفس عمیق یا سرفه تشدید می شود. * افزایش تعداد تنفس * افزایش ضربان قلب
پیگیری های پس از ترخیص	زمان مراجعه به پزشک:
سایر موارد آموزشی	* دوره درمان با آنتی بیوتیک را کامل کنید. در صورت فراموش کردن یک وعده آنتی بیوتیک به محض یادآوری استفاده نمایید. اگر نزدیک به وعده بعدی باشد، فقط همان وعده را مصرف نموده و به هیچ عنوان مقدار دارو را دو برابر نکنید. از قطع خودسرانه دارو نیز اجتناب کنید. * در صورت تجویز داروی آنتی هیستامین یا ضداحتقان، بهتر است همراه با شیر مصرف شود و برای جلوگیری از خشکی دهان مایعات مصرف کنید و رانندگی و کارهایی که نیاز به هوشیاری دارد، انجام ندهید. * از مصرف سیگار خودداری نمایید. * از بخور گرم استفاده کنید. * ممکن است جهت خروج بهتر ترشحات فیزیوتراپی ریه نیاز باشد. * جهت خروج ترشحات سرفه موثر و تنفس با لبهای غنچه انجام دهید. به این منظور در وضعیت راحت نشسته و یک تنفس عمیق با دو شماره (به مدت دو ثانیه) انجام داده و سپس با لبهای غنچه در عرض 4 شماره (به مدت 4 ثانیه) نفس خود را به صورت آهسته و از بین لبها خارج کنید. * برای انجام سرفه های موثر یک تنفس عمیق انجام داده و سپس شروع به سرفه کنید
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	