

واحد بهبود کیفیت	به نام خدا		 بیمارستان موسی بن جعفر (ع) شهرستان قوچان
	عنوان سند: فرم آموزش به بیمار حین ترخیص (بخش آی سی یو)		
	تاریخ تدوین: 1401/08/26 تاریخ بازنگری: 403/08/26 تاریخ بازنگری بعدی: 1405/08/26	شماره سند: M.14.N-ICU/71 شماره بازنگری: 1 شماره ویرایش:	

شماره پرونده: Unit No:

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

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

تشخیص نهایی: **COPD** 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 ☐	
رژیم غذایی بعد از ترخیص: 1. طبق یک برنامه ی منظم و در محیط و بدون استرس غذا بخورید. 2. مصرف چربی ها و مواد نشاسته ای، میوه ها و خشکبار شیرین را کاهش دهید. 3. برای رقیق کردن ترشحات، مایعات فراوان مصرف کنید.				تغذیه
حتی الامکان استحمام کوتاه مدت باشد.				استحمام

فعالیت	1. کارهایی مثل لباس پوشیدن، راه رفتن در زمان کم و مسافت کوتاه را انجام دهید و برای جلوگیری از خستگی زیاد در فواصل لازم استراحت کنید. 2. در صورت آلودگی قابل توجه هوا و یا هوای گرم و مرطوب از منزل خارج نشوید. 3. از رفتن به مکانهای شلوغ و تماس با افراد بیمار دوری نمایید. 4. تنفس با لب های غنچه انجام دهید. برای این کار، راحت در یک جا بنشینید و یک دم عمیق از طریق بینی طی دو شماره انجام دهید، سپس لب های خود را به حالت غنچه یا سوت زدن درآورده و به آرامی در عرض 4 تا 6 شماره از بین لب ها نفستان را بیرون ببرید. 5. تا حد امکان از استرس و اضطراب دوری کنید زیرا کاهش اضطراب نیاز به اکسژن را کمتر میکند. 6. برای خروج ترشحات، سرفه ی آرام داشته باشید. 7. از مصرف دخانیات به شدت پرهیز شود.
علامت هشدار	• تب، عفونت، خلط و تغییر در رنگ و قوام و مقدار خلط • تنگی نفس شبانه، ورم پاها، افزایش وزن و خواب آلودگی روزانه
پیگیری های پس از ترخیص	زمان مراجعه به پزشک: در اولین نوبت مراجعه به پزشک در درمانگاه یا مطب جواب آزمایش، خلاصه پرونده همراه داشته باشید.
سایر موارد آموزشی	

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.

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.**

مهر و امضاء پرستار

مهر و امضاء پزشک

امضاء / اثر انگشت بیمار یا همراهی