



فرم آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص

(توسط پزشک و پرستار)

شماره پرونده: Unit No:

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

تشخیص نهایی: تاریخ ترخیص: تلفن بخش: ۰۵۱-۳۲۵۷۶۴۱۲ کدرگیری 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 <input type="checkbox"/> قبل از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>
				ناشتا <input type="checkbox"/> قبل از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>
				ناشتا <input type="checkbox"/> قبل از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>
				ناشتا <input type="checkbox"/> قبل از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>
				ناشتا <input type="checkbox"/> قبل از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>
				ناشتا <input type="checkbox"/> قبل از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>
				ناشتا <input type="checkbox"/> قبل از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>
				ناشتا <input type="checkbox"/> قبل از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>
				ناشتا <input type="checkbox"/> قبل از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>
تغذیه	<p>رژیم غذایی بعد از ترخیص: با مصرف روزانه منابع غذایی ویتامین C مانند سبزی و سالاد همراه با غذا، پرتقال، نارنگی، لیموترش و لیمو شیرین، کیوی و منابع ویتامین مانند هویج و کدو حلواپی و همچنین ویتامین D سیستم ایمنی خود را تقویت کنید. مصرف پروتئین خصوصاً حبوبات، تخم مرغ و گوشت را به صورت کاملاً پخته و مصرف روزانه مایعات گرم و غذاهایی مانند سوپ و آش را با آب لیمو ترش تازه و آب نارنج افزایش دهید. مصرف مواد غذایی حاوی آنتی اکسیدان مانند پرتقال تو سرخ، گریپ فروت و انار را فراموش نکنید. بهتر است از سوپ ساده و کم ادویه استفاده شود. محدودیت های غذایی: توصیه می شود از مصرف غذاهای سنگین، چرب و فست فود ها خودداری نمایید.</p> <p>سایر:</p>			
فعالیت و				
استحمام				
مراقبت از زخم، محل جراحی و عضو آسیب دیده	<p>تا ۱۴-۱۰ روز پس از ترخیص در یک اتاق مجزا (دارای پنجره و تهویه مناسب) از سایر اعضای خانواده استراحت نموده و تعداد دفعات خروج از اتاق را به حداقل برسانید. در صورتیکه از فضاهای مشترک مانند آشپزخانه، حمام، توالیت و ... دارای تهویه مناسب بوده و پنجره آنها جهت گردش هوا باز می شود از آنها استفاده کنید. همیشه حداقل فاصله یک و نیم متری با سایر افراد خانواده را رعایت نمایید. شما ملاقات ممنوع هستید و ترجیحاً فقط یک نفر که وضعیت سلامت مطلوب دارد، ضعف سیستم ایمنی نداشته و یا مبتلا به بیماری زمینه ای (پرفشاری خون، دیابت، بیماری های قلبی و...) نیست از شما مراقبت کند. هرگز از ماسک های دارای دریچه ی خروج هوای بازدمی (سوپاپ) استفاده نکنید. ماسک طبی بزنید. در زمان سرفه و عطسه، بینی و دهان خود را با دستمال کاغذی بپوشانید سپس دستمال را داخل نایلون در بسته قرار داده و در سطل درب دار بیندازید. در طول استفاده از ماسک به آن دست نزنید و آن را روی صورت جابجا نکنید. تعداد دفعات شستشو و ضد عفونی دستها را افزایش دهید</p>			

