



فرم آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص

(توسط پزشك و پرستار)

شماره پرونده: Unit No:

Attending Physician: پزشك 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: تاریخ ترخیص: تلفن بخش: کدرهگیری 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
			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 ☐
			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: مواد غذایی پر پروتئین مانند گوشت، لبنیات، ماهی و مواد حاوی ویتامین مثل سبزیجات و میوه جات استفاده شود. محدودیت های غذایی: مصرف غذاهای حاوی نشاسته (برنج، نان، ماکارانی) را محدود کنید. از خوردن غذاهایی با ارزش غذایی کم مثل چیپس و شیرینی خودداری شود، چون احتمال ضعف و خستگی وجود دارد و مایه چیه هایی که تنفس را کنترل می کنند سایر:

ورزش کردن به شکل روزانه برای افراد مبتلا به بیماری مزمن انسدادی ریه بسیار مفید است. اما در مورد اینکه چه مقدار فعالیت بدنی می تواند مفید باشد باید با پزشک مشورت کنید. تمرینات تنفسی به مدت ۵ ثانیه هوا به داخل ریه ها کشیده شود و ۲ ثانیه هوا را محبوس کنید و سپس به مدت ۵ ثانیه عمل بازدم از طریق دهان (خارج کردن هوا به خارج) را انجام دهید سایر:

حمام به مدت کوتاه و با آب ولرم انجام شود

مراقبت از زخم، محل

علام فیل	در صورت بروز تب، تشدید تنگی نفس یا خونریزی از ریه حتماً به پزشک معالج یا نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه نمایید سایر:
تاریخ پذیری های پس از ترخیص	زمان و مکان مراجعه به پزشک: اگر پزشک معالج در زمان ترخیص تاکید به مراجعه به مطب داشتند حتماً در زمان مقرر طبق دستور پزشک به مطب مراجعه شود. در زمان ترخیص آدرس مطب پزشک معالج را از منشی بخش تحویل بگیرید در صورت نیاز به دریافت اطلاعات نوبت دهی کلینیک تخصصی با تلفن ۰۵۱۴۱۴۴۳ تماس حاصل فرمایند. لازم به ذکر است دریافت نوبت از کلینیک های تخصصی به صورت حضوری، در همان روز حضور پزشک مربوطه، قبل از ساعت 7 صبح میباشد.
سایر مورد آموزشی	از استعمال دخانیات (قلیان، سیگار و مواد مخدر) شدیداً پرهیز کنید . از قرارگرفتن در معرض دود حاصل از مصرف دخانیات و یا گرد و خاک و یا مواد شیمیایی خودداری کنید. مراقب افزایش وزن خود 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-	
2-	
3-	
*در صورتیکه در طی بستری برای شما آزمایش آسیب شناسی ارسال شده باشد، در برگه خلاصه پرونده شما، <u>کد جواب دهی و شناسه پیگیری</u> برای آزمایشات آسیب شناسی نوشته شده است، با مراجعه به سامانه جواب دهی آنلاین به آدرس: http://217.219.80.162:8070 جواب آزمایش خود را دریافت و به پزشک مراجعه نمایید. در صورت نیاز جهت دریافت جواب آزمایش، می توانید به صورت حضوری به آزمایشگاه آسیب شناسی و یا بخشی که در آن بستری بوده اید مراجعه نمایید.	
*جهت دسترسی به مطالب آموزشی مربوط به بیماری خود با اسکن بارکد وارد سایت آموزش به بیمار بیمارستان 22 بهمن میشوید. آدرس سایت آموزش به بیمار بیمارستان ۲۲ بهمن : https://22bahman-hospital.com/amouzeshbimar	
*در صورت وجود هرگونه سوال در زمینه بیماری خود می توانید همه روزه (به جز روزهای تعطیل) از ساعت 7:30 تا 13 با کلینیک های پرستاری آموزش سلامت تماس بگیرید. تلفن کلینیک پرستاری: ۰۵۱۴۱۴۴۳ - داخلی ۱۱۷۷ در صورت نیاز به سوال خارج از ساعت ذکر شده با بخش بستری خود تماس بگیرید.	
 امضاء / اثر انگشت بیمار یا همراهی مهر و امضاء پزشک مهر و امضاء پرستار	