



Mashhad University of Medical Science

دانشگاه علوم پزشکی مشهد

مرکز پزشکی آموزشی، پژوهشی و درمانی / مرکز آموزشی، درمانی:

شماره پرونده: Unit No:

فرم آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص (مخصوص بیماران با تشخیص اسکلرودرمی)

..... SHEET

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

آموزش های زمان ترخیص توسط پزشک و پرستار				
آموزش دارو	نام دارو	میزان و مدت زمان مصرف		
		صبح	ظهر	شب
آموزش دارو	نحوه صحیح مصرف دارو			
	قبل از غذا □ بعد از غذا □ همراه غذا □ ناشتا □ موقع خواب □ با آب زیاد □			
	قبل از غذا □ بعد از غذا □ همراه غذا □ ناشتا □ موقع خواب □ با آب زیاد □			
	قبل از غذا □ بعد از غذا □ همراه غذا □ ناشتا □ موقع خواب □ با آب زیاد □			
	قبل از غذا □ بعد از غذا □ همراه غذا □ ناشتا □ موقع خواب □ با آب زیاد □			
تغذیه	• توصیه میشود که از رژیم غذایی حاوی ویتامین کافی (بخصوص ویتامین های E,D,A) که جهت ترمیم سلول های پوست ضروری هستند، استفاده شود. بنابراین توصیه می شود که از سبزیجات تازه، شیر، ماست، زرده تخم مرغ، آجیل، پسته، فندق، گردو، آب میوه های تازه و مایعات به اندازه لازم در رژیم غذایی استفاده شود. • توصیه می شود که در صورت ابتلا به اختلال بلع یا احساس پری یا سوزش سردل ، غذا در وعده های زیاد و با حجم کم مصرف شود (به جای آنکه در شبانه روز ۳ وعده غذای پر حجم خورده شود، ۶ وعده غذایی کم حجم مصرف شود) ، غذا بخوبی جویده شود، پس از صرف غذا ،دراز نکشید، از مصرف چای، الکل،نعناع و قهوه خودداری شود و قبل از خواب تنقلات و غذاهای پرچرب مصرف نشود.			
	توصیه می شود که جهت حفظ رطوبت کافی پوست از بخور، ماساژ و کرم های مرطوب کننده پوست استفاده شود. توصیه می شود که بهداشت پوست (استحمام، شستشوی روزانه با آب و صابون بچه و پرهیز از سشوار جهت خشک کردن پوست) رعایت شود. پس از استحمام، پوست بدن با کرم های حاوی ویتامین E و A چرب شود.			
نشانه های خطر	در صورت بروز علائم زیر به پزشک مراجعه کنید: در صورت بروز علائم نارسایی کلیه (ورم اندام ها و پوست، اختلالات ادراری) هرچه سریعتر به پزشک متخصص مراجعه شود. در صورت بروز علائم عفونت (تب، لرز و گلودرد)، خونریزی و مشکلات تنفسی (سرفه، ویزینگ) به پزشک اطلاع داده شود.			
	• در صورت احساس سرما در دستها و پاها از جوراب و دستکش استفاده شود، از مصرف دخیانیات دوری شود، عوامل استرس زا حذف شوند و از نوشیدن مایعات سرد پرهیز شود . • توصیه می شود که در صورت خشکی دهان، غرغره کردن با آب و در صورت خشکی چشم، استفاده از اشک مصنوعی مفید است. • توصیه به انجام ورزش روزانه و منظم و توصیه به استراحت و فعالیت به طور متناوب • در صورت تجویز پنی سیلایم، توصیه میشود که از روش های مناسب جهت پیشگیری از بارداری استفاده شود (باعث بروز ناهنجاری های مادرزادی در جنین می شود). • سوالات بیمار:			
سایر موارد آموزشی	زمان مراجعه مجدد به پزشک: در صورت بروز هرگونه سوال با شماره تلفن ۵۵۲۲۷۴۰۱ واحد آموزشی سلامت بیمارستان تماس بگیرید .			
	پیگیری جواب آزمایشات:			

امضاء و اثر انگشت بیمار یا همراه

مهر و امضاء پزشک:

مهر و امضاء پرستار: