



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 سرطان)

..... SHEET

نام خانوادگی:	نام:	نام خانوادگی:	پزشک معالج:	Attending Physician:	
نام پدر:	تاریخ تولد:	تاریخ پذیرش:	Room:	Date of Admission:	
Father Name:	Date of Birth:	تخت:	Bed:		
نام: Ward:					
اتاق:					
تخت:					
آموزش های زمان ترخیص توسط پزشک و پرستار					
آموزش دارو	نام دارو	میزان و مدت زمان مصرف			نحوه صحیح مصرف دارو
		صبح	ظهر	شب	
					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 □
					قبل از غذا □ بعد از غذا □ همراه غذا □ ناشتا □ موقع خواب □ با آب زیاد □
تغذیه	- توصیه می شود که از رژیم غذایی حاوی پروتئین کافی (گوشت، حبوبات و لبنیات) و کالری (نان، برنج و قندها) به میزان کافی استفاده شود. - توصیه می شود که غذاهای مورد علاقه و در محیط های با مناظر مطلوب، بوهای خوشایند و آرام میل شود. - توصیه به مصرف مایعات فراوان (حداقل ۱۰ لیوان). از مصرف مایعات در موقع غذا خوردن اجتناب شود. - توصیه می شود که غذا در وعده های زیاد و با حجم کم مصرف شود. در صورت تمایل، غذای سرد میل شود و از مصرف غذای پرچرب اجتناب شود. - غذاهای نرم و راحت برای جویدن میل شود و از مصرف سیگار و الکل اجتناب شود.				
زخم	در صورت بی حرکتی، به منظور پیشگیری از زخم بستر توصیه به تغییر پوزیشن هر ۲ ساعت و استفاده از تشک مواج.				
نشانه های خطر	در صورت بروز علائم زیر به پزشک مراجعه کنید: در صورت بروز تهوع و استفراغ بیش از ۲۴ ساعت به همراه کم ادراری، ضعف یا خشکی دهان، تب و لرز و مشکلات تنفسی فوراً به پزشک مراجعه شود.				
سایر موارد آموزشی	- رعایت بهداشت دهان و دندان (توصیه به پرهیز از مصرف نخ دندان به دلیل کاهش خطر صدمه به لثه و خونریزی)، استفاده از آدامس و سبزیجات معطر بین وعده های غذایی و استفاده از دهانشویه. - از مایعات سرد و تکه های یخ برای رفع خشکی دهان استفاده شود. - از شامپوی ملایم و حالت دهنده برای نرمی موهای خشک استفاده شود و از شستشو و برس زدن مکرر موها اجتناب شود. قبل از شروع ریزش مو، کلاه گیس مناسب خریداری شود و بر روی سر گذاشته شود. ریزش مو موقتی است و بعد از اتمام درمان، رشد مو آغاز خواهد شد. - برای پیشگیری از عفونت از خوردن میوه های تازه، گوشت خام، ماهی و سبزیجات در صورتیکه تعداد گلبول های سفید کمتر از ۱۰۰۰ باشد، اجتناب شود. و همه افراد قبل از ورود به اتاق بیمار دست هایشان را بخوبی بشویند. و بهداشت فردی رعایت شود. - از حضور در اماکن شلوغ به خصوص در فصل سرما و شیوع بیماری های عفونی اجتناب شود. - از تزریقات عضلانی اجتناب شود. از مصرف داروهایی مثل آسپرین اجتناب شود (باعث تشدید خونریزی می شود). - توصیه می شود که بیمار در برنامه های ورزشی بر حسب تحمل شرکت کند. - برای کاهش خستگی، تشویق بیمار به داشتن دوره های استراحت قبل و بعد از فعالیت.				
	• سوالات بیمار:.....				
	زمان مراجعه مجدد به پزشک: پیگیری جواب آزمایشات:				
	در صورت بروز هرگونه سوال با شماره تلفن ۵۵۲۲۷۴۰۱ واحد آموزش سلامت بیمارستان تماس بگیرید .				
خدمات پرستاری در منزل	شامل: سرم درمانی، سونداز، پانسمان نوین زخم و ... در صورت تمایل به استفاده از خدمات پرستاری در منزل سلامت ترشیز می توانید با شماره تلفن های ۰۹۳۹۲۱۳۸۵۰۴ آقای خیبری و شماره تلفن مرکز ۵۵۲۴۰۰۷۱ تماس بگیرید.				

امضاء و اثر انگشت بیمار یا همراه

مهر و امضاء پزشک:

مهر و امضاء پرستار: