



Mashhad University of Medical Science

دانشگاه علوم پزشکی مشهد

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

Unit No: شماره پرونده:

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

..... SHEET

|                      |              |       |       |                |             |              |               |
|----------------------|--------------|-------|-------|----------------|-------------|--------------|---------------|
| Attending Physician: | پزشک 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:  |                |             |              |               |

| آموزش های زمان ترخیص توسط پزشک و پرستار |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                       |     |    |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----|----|
| آموزش دارو                              | نام دارو                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | میزان و مدت زمان مصرف |     |    |
|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | صبح                   | ظهر | شب |
|                                         | 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                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>الکل مصرف نکنید.</li> <li>توصیه می شود که از غذاهایی مانند پوره سیب زمینی، خرما، گوشت، لبنیات، تخم مرغ و... استفاده شود و از غذاهای کم چرب (ترجیحا صرف غذا به صورت آب پز) استفاده شود.</li> <li>از خوردن غذاهای سنگین و نفاخ (کله پاچه، آب گوشت، آش) خودداری کنید.</li> <li>توصیه به خودداری از مصرف بیش از حد قهوه و ادویه جات. زیرا قهوه و ادویه جات ترشحات پانکراس و معده را افزایش می دهند.</li> <li>کنترل قند خون و در صورت لزوم، استفاده از انسولین تجویز شده.</li> <li>۶ تا ۸ لیوان آب بنوشید.</li> <li>دفعات تغذیه را بیشتر کرده و حجم غذا را کاهش دهید.</li> </ul>                                                                                                          |                       |     |    |
|                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>در صورت بی حرکتی، به منظور پیشگیری از زخم بستر توصیه به تغییر پوزیشن هر ۲ ساعت و استفاده از تشک مواج.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                       |     |    |
| نشانه های خطر                           | <p>در صورت بروز علائم زیر به پزشک مراجعه کنید: در صورت بروز علائم اختلال در ادرار کردن، تنگی نفس، کبودی پوست، درد پهلوی و کمر، غش، سرگیجه و درد، فوراً به پزشک مراجعه شود.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                       |     |    |
| سایر موارد آموزشی                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>توصیه به انجام ورزش منظم، دوری از فعالیت های سنگین و استراحت بین فعالیت ها.</li> <li>توصیه به قطع مصرف سیگار، اجتناب از مصرف غذاهای بسیار تند و ترشی جات</li> <li>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.</li> <li>مصرف غذاهای حاوی فیبر فراوان (نان و برنج، میوه ها، آب میوه ها، سبزیجات مانند کلم و گل کلم، پیاز، خیار و مغزها) احتمال بروز یبوست را کاهش می دهد.</li> <li>کنترل فشار خون روزانه و کنترل وزن و جذب و دفع روزانه.</li> <li>در اتاق دارای تهویه مطبوع استراحت کند.</li> <li>آنتی بیوتیک های تجویز شده به موقع استفاده شود.</li> <li>.....</li> </ul> |                       |     |    |
|                                         | <p>زمان مراجعه مجدد به پزشک: پیگیری جواب آزمایشات:</p> <p>در صورت بروز هرگونه سوال با شماره تلفن ۵۵۲۲۷۴۰۱ واحد آموزش سلامت بیمارستان تماس بگیرید.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                       |     |    |

امضاء و اثر انگشت بیمار یا همراه

مهر و امضاء پزشک:

مهر و امضاء پرستار: