



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 دیس ریتمی-فیبریلاسیون دهلیزی)

..... SHEET

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

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	توصیه می شود که مصرف نمک کم شود، نباید سر سفره غذا از نمک استفاده کنید و برای طعم دادن غذا به جای نمک از طعم دهنده هایی مثل ابلیمو و سرکه و سبزیجات معطر و آبغوره استفاده شود.			
	جهت جلوگیری از تشدید بیماری رژیم غذایی با محدودیت برنج و سیب زمینی و کم چرب، کم ادویه و پر از میوه و سبزیجات توصیه می شود و از مصرف غذای سنگین اجتناب شود.			
	از غذاهای حاوی پتاسیم بالا مانند انبه، موز، طالبی، هویچ، خرماء، سبزیجات دارای برگ سبز، سیب زمینی و ماهی قزل آلا استفاده کنید.			
	توصیه می شود که از مصرف کافئین (چای و قهوه زیاد) و الکل و کشیدن سیگار اجتناب شود.			
	توصیه می شود که غذا در وعده های زیاد و با حجم کم استفاده شود و از خوردن و آشامیدن زیاد اجتناب شود.			
زخم	توصیه می شود در صورت استراحت در بستر و عدم توانایی تغییر وضعیت توسط مددجو، جهت جلوگیری از زخم بستر هر ۲ ساعت در تخت جابجا شود و ماساژ آرام پوست داده شود.			
نشانه های خطر	در صورت بروز علائم زیر به پزشک مراجعه کنید: سرگیجه، تنگی نفس، درد قفسه سینه، ورم پا و مچ پا، درد در پشت ساق پا و وجود علائم خونریزی یا کبودی			
سایر موارد آموزشی	در صورت اضافه وزن، وزن خود را کاهش دهید.			
	توصیه می شود که از انجام فعالیت های سنگین و کار زیاد اجتناب کنید (پیاده روی و نرمش سبک مفید است).			
	از مصرف داروهای ضد گرفتگی و آب ریزش بینی خودداری کنید. استرس را به حداقل برسانید.			
	روش بررسی نبض خود از نظر ضربان قلب، ریتم قلب (منظم یا نامنظم) و قدرت نبض یاد بگیرید. در صورت تغییر مشخصات فوق با پزشک خود تماس بگیرید.			
	نامنظمی دائم ضربان قلب که طی آن هیچ ضربه ای با دیگری از نظر قدرت یا مدت برابر نیست. در نتیجه انقباضات غیرعادی و نامرتبی که بوجود می آیند باعث ضربانهای سریع و نامرتب قلب (۱۷۵-۱۰۰ تپش در هر دقیقه) می شوند، درحالیکه تعداد ضربان نرمال قلب در هر دقیقه بین ۶۰-۱۰۰ باشد.			
	در صورت خوردن قرص آسپرین و یا وارفارین اگر دچار هر گونه خونریزی یا کبودشدگی غیر طبیعی یا سایر مشکلات شدید، فوراً با پزشک خود مشورت کنید. اگر قرص وارفارین مصرف می نمایید در فواصلی که پزشکتان ان را تعیین می نماید آزمایش خون INR و PT بدهید. این فواصل نباید بیشتر از یک ماه باشد.			
	در صورتی که بیماری باعث ایجاد سرگیجه و غش شود، از رانندگی و انجام کار با ماشین های سنگین اجتناب شود.			
	در صورت مصرف وارفارین سبزیجات برگ سبز مانند اسفناج، سبزی قورمه سبزی و کرفس کمتر استفاده نمایید.			
	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.	