



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 ترومبوز وریدهای عمقی)

..... 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 □
	قبل از غذا □	بعد از غذا □	همراه غذا □	ناشتا □
	قبل از غذا □	بعد از غذا □	همراه غذا □	موقع خواب □
	قبل از غذا □	بعد از غذا □	همراه غذا □	با آب زیاد □
	قبل از غذا □	بعد از غذا □	همراه غذا □	با آب زیاد □
تغذیه	- توصیه می شود که از مصرف غذاهای پرچرب و حاوی نمک فراوان اجتناب شود. - در صورتیکه بیمار افزایش وزن دارد، از رژیم غذایی کم چرب و استفاده کمتر از برنج، ماکارونی، شیرینی و نان رعایت شود. - در صورت مصرف وارفارین از مصرف مداوم غذاهای حاوی مقادیر زیاد ویتامین K مثل سبزیجات برگ سبز (اسفناج، کلم بروکلی و کاهو)، گوجه فرنگی، موز و ماهی اخودداری شود. چون باعث کاهش اثر وارفارین می شود.			
	زخم	توصیه می شود که از قراردادن پوست پای بیمار در معرض گرما و سرمای شدید اجتناب شود. پوست پاهای بیمار از نظر خشکی و زخم بررسی شود. در صورت بروز زخم، به پزشک اطلاع داده شود. از خاراندن و ماساژ بی مورد پوست اجتناب شود.		
نشانه های خطر	در صورت بروز علائم زیر به پزشک مراجعه کنید: در صورت بروز تنگی نفس، درد شدید در قفسه سینه، سرفه، خلط خونی و علائم درد و ورم پا، تغییرات پوست به صورت پوسته پوسته شدن، لکه های قهوه ای و همچنین در صورت مصرف وارفارین هرگونه خونریزی غیر طبیعی از بینی، لثه و یا وجود خون در ادرار و مدفوع و استفراغ خونی، درد مفصل، درد پشت و شکم بلافاصله به پزشک مراجعه شود.			
سایر موارد آموزشی	- توصیه می شود که پس از شروع حرکت از جوراب های ا فشاری استفاده شود. از سفت بستن جوراب دوری شود و در هنگام شب جوراب ها خارج گردد و قبل از بلند شدن از بستر پوشیده شود، هنگام خارج کردن جوراب پوست پا کاملا بررسی شود. - توصیه می شود که از ایستادن یا نشستن به مدت طولانی پرهیز شود. بیمار تشویق شود تا پیاده روی سبک انجام دهد و هنگامی که در بستر است، تمریناتی مثل به عقب خم کردن کف پا را انجام دهد. - توصیه می شود که در هنگام استراحت در بستر، پاها و قسمت تحتانی آن را به صورت دوره ای بالاتر از سطح قلب قرار دهد. - از آویزان کردن پاها خودداری کند و پاها را روی هم نیندازد. - از پوشیدن لباس های تنگ و جوراب های کش دار و شکم بند خودداری شود. - از مصرف الکل، سیگار و دخانیات اجتناب شود. - خانم ها از مصرف داروهای ضدحاملگی خوراکی خودداری کنند. - در صورت نیاز به اقدامات تشخیصی و جراحی در مراجعه به دندانپزشک و پزشکان دیگر، پزشک از مصرف داروهای ضدانعقاد مانند وارفارین مطلع شود و از مصرف داروهای بدون نسخه به علت احتمال تداخل با وارفارین اجتناب شود. - 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 .			

امضاء و اثر انگشت بیمار یا همراه

مهر و امضاء پزشک:

مهر و امضاء پرستار: