

# دستور العمل (INSTRUCTION)

آموزش خود مراقبتی به بیماران

در

بخش های بالینی

مجمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)

|  |  |  |
|--|--|--|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>بیمارستان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستورالعمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|--|

## عنوان دستورالعمل :

### آموزش خود مراقبتی بیماری های شایع به بیماران در بخش های بالینی

#### هدف:

هدف از تهیه این دستورالعمل ارائه برنامه های مرتبط با آموزش خود مراقبتی بیماری های شایع در بخش های بالینی به بیمار و خانواده به منظور کاهش مدت زمان و هزینه های بستری ، پیشگیری از مراجعه مجدد بیماران به مراکز درمانی و همچنین توانمند سازی بیماران و خانواده های آنان در مورد رفتارهای بهداشتی و انجام فعالیت های خود مراقبتی در راستای ارتقاء سطح سلامت آنان می باشد .

#### دامنه کاربرد:

کلیه بخش های بالینی

#### تعاریف:

❖ **آموزش به بیمار:** فرآیندی است که فرصت های یادگیری را برای بیمار و خانواده وی در زمینه بیماری ، درمان و افزایش مهارت ها فراهم می کند .

❖ **خودمراقبتی:** مجموعه ای از اعمالی است که فرد به صورت اکتسابی، آگاهانه و هدفدار برای خود، فرزندان و خانواده اش انجام می دهد تا از لحاظ جسمی، روانی، اجتماعی سالم بمانند و همچنین در صورت ابتلا به بیماری و بستری در بیمارستان براساس آموزش های دریافتی در حین بستری و پس از ترخیص از سلامت خود و خانواده اش حفاظت نماید. خودمراقبتی ، عملکردی آگاهانه، آموختنی و تنظیمی است که برای تامین و تداوم شرایط و منابع لازم برای ادامه حیات و حفظ عملکرد جسمی، روانی ، اجتماعی و معنوی و رشد فرد

|  |  |   |
|--|--|---|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>بیمارستان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستور العمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|---|

در محدوده طبیعی و متناسب برای حیات و جامعیت عملکرد فرد اعمال می گردد و به خود مراقبتی برای سالم زیستن، مدیریت ناخوشی جزئی، خود مراقبتی در بیماریهای مزمن و حاد تقسیم می شود و فرایندی مادام العمر و در تمامی دوران ها و موقعیت های زندگی است .

### مهارت مسئول:

آشنایی با بیماری ها و نحوه مراقبت های پرستاری - آگاهی به روش آموزش به بیمار - آشنایی با نحوه تکمیل فرم ها - انجام و بررسی اثر بخشی آموزشی

### مسئول / مسئولین:

رئیس بخش، سرپرستار بخش، سوپروایزر آموزشی، سوپروایزر آموزش سلامت، سوپروایزرهای بالینی، پرسنل پرستاری بخش ها

### امکانات شامل:

کتابچه های راهنمای بیمار - پمفلت های آموزشی - فرم های آموزش به بیمار ( حین بستری و زمان ترخیص)

### شیوه انجام کار / شرح اقدامات:

#### ۱. برنامه ریزی

۱-۱ تنظیم برنامه عملیاتی و برنامه ریزی جهت اجرای آموزش های سالیانه ، شیوه ارائه آموزش به بیمار و برنامه های آموزشی قابل انجام و مناسب برای هر بخش و تصویب در کمیته آموزش به بیمار

۱-۲ برنامه ریزی جهت اخذ حالات و بیماریهای شایع از گزارشات HIS و تحویل به رابطین آموزش به بیمار بخش ها جهت تهیه و تدوین برنامه مدون آموزشی، پمفلت و محتوای آموزشی و راهنمای کدهای آموزش بیمار در هر

بخش

|  |  |  |
|--|--|--|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>بیمارستان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستورالعمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|--|

۱-۳ ارائه آموزش به بیمار طبق برنامه مدون آموزشی برای هر بیمار در بدو پذیرش، حین بستری، حین ترخیص توسط پزشک، پرستار و در صورت نیاز کلیه کارکنان بالینی

۱-۴ برنامه ریزی جهت ارائه آموزش و مشاوره به بیماران مزمن و شایع (در گروه های قلب - زنان - دیابت - شیمی درمانی و جراحی) در کلینیک پرستاری خود مراقبتی

## **۲- نحوه ارائه آموزش**

۲-۱ ارائه آموزش به بیماران با استفاده از ابزارهای آموزشی (آموزش چهره به چهره، کارگروه، فیلم و پوستر، پمفلت و سایر رسانه های آموزشی) مناسب در بخش و کلینیک پرستاری خودمراقبتی انجام می شود.

۲-۲ پرستار مسئول بیمار و در صورت نیاز سایر کارکنان بالینی در هر شیفت با توجه به نیازسنجی آموزشی

۲-۳ انجام شده و اولویت های آموزشی و بر اساس کدهای ضروری آموزشی که برای بیماریهای شایع بخش تعیین شده است (توسط رابط آموزشی بخش)، آموزش لازم را به بیمار ارائه می کند.

۲-۴ پرستار مسئول بیمار، آموزش بیمار و خانواده را بر اساس محتواهای آموزشی تهیه شده برای بیماری های شایع بخش (توسط رابط آموزشی) انجام می دهد.

## **۳- تکمیل مستندات آموزشی**

۳-۱ مستندات آموزشی شامل فرم آموزش به بیمار و خانواده حین بستری، فرم آموزش به بیمار و خانواده حین ترخیص و فرم های مربوط به پیگیری های پس از ترخیص بر اساس شرایط هر بخش می باشد.

۳-۲ نحوه تکمیل فرم ها و آموزش به بیمار در بخش های بالینی بدین شرح می باشد:

|  |  |   |
|--|--|---|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>بیمارستان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستور العمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|---|

## ❖ جدول الف :

### آمادگی یا انگیزه جهت یادگیری :

در این آیتم بایستی توجه و اشتیاق بیمار نسبت به امر آموزش سنجیده شده و بر اساس این مقیاس آمادگی وی در سه سطح بالا، متوسط و پایین مشخص شود.

**آمادگی جهت یادگیری سطح پایین:** منظور از آمادگی سطح پایین، هنگامی است که بیمار به علیت مشکلات جسمی و روحی مانند کاهش سطح هوشیاری، درد، اضطراب و ... قادر به تمرکز و دریافت آموزش ها نمی باشد.

**آمادگی جهت یادگیری سطح متوسط:** منظور از آمادگی سطح متوسط، هنگامی است که بیمار از شرایط جسمی قابل قبولی برخوردار است اما به دلایل مسائلی مانند نگرانی در مورد فرایند درمان، نگرانیهای مالی و ... به دریافت آموزش اهمیت نداده و انگیزه لازم را برای یادگیری ندارد.

**آمادگی جهت یادگیری سطح بالا:** منظور از آمادگی سطح بالا هنگامی است که بیمار از شرایط جسمی قابل قبول برخوردار بوده و انگیزه لازم برای دریافت آموزش را نیز دارد .

### توانایی یادگیری :

منظور از توانایی یادگیری میزان هوشیاری بیمار و عدم وجود اختلالات روحی روانی که مانع اجرای آموزش به بیمار می شود، است . که ممکن است به یکی از دو حالت کافی (عدم اختلال شناختی) و یا پایین (اختلال شناختی) باشد.

### میزان تحمیلات بیمار:

بسته به اینکه مصاحبه شونده بیمار یا همراهیان وی باشند بایستی سطح سواد آن ها در آیتم مربوطه قید شود.

|  |  |  |
|--|--|--|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>پارلمان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستورالعمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|--|

## میزان تحصيلات همراهی بیمار:

در صورتی که آموزش گیرنده همراه بیمار باشد. در این آیتم ، بایستی سطح سواد آنها در مربوطه قید شود.

## موانع آموزشی:

همواره در اجرای آموزش به بیمار موانع و مشکلاتی پیش روی کارکنان وجود دارد. ذکر این موانع کمک می کند که با جستجوی راهکارهایی امکان غلبه نسبی یا کامل بر این موانع فراهم گردد. در صورتی که برای ارائه آموزش موانع وجود داشت ، نوع موانع بایستی مشخص شود. این موانع ممکن است شامل سن، زبان گفتاری، انگیزه، اختلالات دید و اختلالات شنوایی، تفاوت های فرهنگی، مشکلات احساسی/روانی، اختلالات شناختی، مشکلات مادی، تفاوت های مذهبی، شدت یا مرحله بیماری، سطح تحصيلات ، وابستگی به مواد و یا سایر موارد باشد .

## نیازهای آموزشی عنوان شده توسط بیمار بر اساس اولویت :

از آنجا که ارائه آموزش ها بر اساس احساس نیاز بیمار به یادگیری مورد یا موارد خاص قادر است میزان یادگیری را افزایش دهد. بهتر است در ابتدا به سوالات ذهنی بیمار پاسخ بدهید (با توجه به اینکه کد های ضروری آموزش بیمار برای هر بخش تعیین و ابلاغ شده است ، در این قسمت از فرم اولویتهای و ترجیحات بیمار را بررسی و ثبت کنید تا در اولویت اول آموزش قرار گیرد).

## آدرس و شماره تلفن :

در این قسمت بایستی به بیمار توضیح دهید که علت اخذ آدرس و شماره تماس جهت پیگیری احتمالی آنان پس از ترخیص می باشد. ( ثبت آدرس مندرج در برگه پذیرش نیز کفایت می کند).

|  |  |  |
|--|--|--|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>بیمارستان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستورالعمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|--|

## ❖ جدول ب:

جهت ارائه آموزش های یکسان و جامع به بیماران هر بخش فرم تعیین حداقل های آموزشی توسط رابطین آموزش به بیمار برای بیماری های شایع بخش تهیه و پس از بررسی سوپروایزر آموزش سلامت توسط مدیر پرستاری به بخش جهت اجرا ابلاغ شده است .

در زمان ارائه آموزش ها ، با توجه به اینکه کد های ضروری و حداقل های آموزشی بخش تعیین شده اند، پرستار مسئول بیمار باید بر اساس نیاز بیمار و اولویت های آموزشی تعیین شده ، در زمان مناسب شیفت کاری یکی از کدهای زیر را انتخاب کرده و در مورد آن اطلاعات مناسب را به شیوه مناسب در اختیار بیمار قرار دهد یا اگر بیمار سوالی می پرسد، در قالب یکی از کدهای زیر به وی جواب دهد. بدیهیست در صورت تدوین برنامه مدون آموزشی برای بیماری های شایع بخش برنامه آموزشی می بایست طبق برنامه مدون بخش برای هر بیماری انجام شود. (منظور برنامه زمان بندی آموزش کد های ضروری در مدت زمان تقریبی بستری بیمار می باشد).

### الف - آموزش بدو پذیرش (کدهای A)

آموزش های بدو پذیرش (کدهای گروه A) در قالب **پمفلت خوش آمدگویی** و یا **کتابچه راهنمای بیمار** توسط پرستار مسئول بیمار به وی ارائه گردد. شرح کد های این قسمت (کد های گروه A) شامل موارد زیر است:

❖ **کد 1** معرفی بخش ، خدمات غیر درمانی و قوانین کلی موجود در بخش و بیمارستان

❖ **کد 2** معرفی تیم پزشکی

❖ **کد 3** منشور حقوق بیمار

❖ **کد 4** نحوه رسیدگی به شکایات

❖ **کد 5** توجه هزینه های درمان و بیمه

|  |  |  |
|--|--|--|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>بیمارستان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستورالعمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|--|

❖ کد 6 سایر موارد ( بر اساس نیاز بیمار و شرایط بخش )

### ب - آموزش های حین بستری (کدهای B) شامل:

کد 1 : نوع بیماری و نحوه درمان و مراقبت

❖ توضیحات مختصر در خصوص بیماری، علائم و نشانه ها، روند درمان ، مراقبت های مربوطه ، سیر بیماری و....

کد 2: میزان ، مدت،زمان ، نحوه صحیح مصرف و عوارض دارو

❖ آگاه نمودن بیمار از چگونگی مصرف داروهای مصرفی روزانه، عوارض مهم داروها، آموزش کلی در مورد

چگونگی اثر دارو بر بیماری بسته به سطح تحصیلات بیمار

کد 3: تداخلات غذا و دارو

❖ توضیحات مختصر در مورد داروهایی که مصرف همزمان آن ها با برخی غذاها ایجاد عارضه و تداخل می نماید.

کد 4 : میزان فعالیت

❖ CBR استراحت مطلق

❖ RBR استراحت نسبی

❖ میزان و زمان شروع فعالیت های بعد از عمل

❖ OOB خروج از تخت

❖ ورزش ها و فعالیت های مناسب در هر بیماری

❖ پوزیشن ها

کد 5 : تغذیه و رژیم غذایی



|  |  |   |
|--|--|---|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>بیمارستان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستور العمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|---|

- ❖ نوع تغذیه (کم نمک ، کم چربی ، پرفیبر، پر پروتئین، مایعات فراوان، مصرف کم مایعات و ...)
- ❖ رعایت رژیم غذایی توسط بیمار
- ❖ تحمل رژیم غذایی توسط بیمار
- ❖ تعریف رژیم غذایی : پرپروتئین ، پرکالری ، قلبی ،دیابتی ، بعد از عمل ، مایعات ، سیروز کبدی ، کلیوی ، سوختگی و...

❖ تغذیه در شیر دهی در بخش های زنان و زایمان

#### کد 6: ایمنی یا احتیاطات

- ❖ نحوه مراقبت از اتصالات : درن ها ، مانیتورینگ ، بگ ادراری ، سرم ها و....
- ❖ نکات ایمنی : **Bed side** ، پیشگیری از سقوط ، پیشگیری از صدمات ناشی از کاهش فشار خون وضعیتی، نحوه خروج از تخت ، پیشگیری از عفونت ، شناسایی درست ، پیگشیری از زخم بستر و.....
- ❖ خود مراقبتی نسبت به دریافت دارو و مصرف صحیح دارو ها
- ❖ زمان حرکت و فعالیت بعد از عمل ، پیشگیری از آمبولی ، انجام نرمش های سبک و مصرف مایعات کافی (بنا به شرایط بیمار )

#### کد 7: مدیریت درد

- ❖ روش های غیر دارویی، تکنیک های آرام سازی ، انحراف فکر ، پوزیشن ها و.....
- ❖ روش های دارویی

#### کد 8: اقدامات تشخیصی ، درمانی و آزمایشات

- ❖ شرح چگونگی انجام پروسیجر یا آزمایش
- ❖ آمادگی ها و مراقبت های قبل از پروسیجر ها ، آزمایش تعیین سطح دارو

|  |  |  |
|--|--|--|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>بیمارستان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستورالعمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|--|

❖ آمادگی ها و مراقبت های بعد از پروسیجر ها و یا بیوپسی ها

❖ هدف از انجام پروسیجر

❖

❖ برائت و رضایت از هرگونه اقدامات تشخیصی و تهاجمی

کد 9: نشانه های خطر حین بستری

❖ درد، خونریزی، تب، اسهال و....

❖ عوارض دارویی، حساسیت دارویی و.....

کد 10: عدم مصرف دخانیات و مواد روان گردان

❖ هدف از عدم مصرف دخانیات و مواد روان گردان

❖ نحوه ترک و عدم مصرف (با نظر پزشک معالج)

کد 11: مراقبت های قبل و بعد از عمل

❖ رژیم غذایی NPO

❖ فعالیت

❖ پوزیشن

❖ مراقبت از زخم ناحیه عمل

❖ مراقبت از اتصالات

کد 12: مراقبت از زخم

❖ پیشگیری از عفونت ها

❖ پوزیشن ها

|  |  |  |
|--|--|--|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>بیمارستان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستورالعمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|--|

❖ اقدامات مراقبتی از زخم‌ها (جراحی و یا زخم بستر)

❖ علائم زخم بستر و....

❖ مراقبت از پانسمان و دفعات نیاز به تعویض پانسمان

❖ علائم زخم عفونی و.....

### کد ۱۳: مسائل بهداشت فردی

❖ شستشوی دست‌ها

❖ شستشوی دهان و دهان شویه

❖ استحمام و کوتاه کردن موهای ناحیه عمل

❖ کنترل عفونت

### کد ۱۴: خواب و استراحت

❖ در صورت وجود مشکل ارائه راهکارها جهت بهبود خواب و استراحت

❖ روش‌های ذخیره انرژی در بیماران با عدم تحمل فعالیت

❖ مدیریت خواب و عدم خوابیدن در طول روز

### کد ۱۵: الگوی دفع

❖ راه‌های پیشگیری از یبوست

❖ بررسی وضعیت اجابت مزاج (تعداد دفعات، رنگ و قوام)

❖ مصرف مایعات بیشتر در طول زمان استراحت مطلق (با توجه به تشخیص و نظر پزشک معالج)

❖ بررسی وضعیت ادراری و پیشگیری از عفونت و....

### کد ۱۶: روش‌های جایگزین درمان

|  |  |  |
|--|--|--|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>بیمارستان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستورالعمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|--|

❖ روش‌هایی که می‌تواند جایگزین درمان بیماری شود، اعم از درمان دارویی یا درمان جراحی و...

### کد ۱۷: پیامدهای احتمالی ناشی از درمان

❖ عوارض و پیامدهایی که بعد از درمان بیماری امکان دارد برای بیمار ایجاد گردد به عنوان مثال: عفونت‌های

محل عمل و خونریزی

### کد ۱۸: سایر موارد

❖ در این قسمت بایست بر اساس تخصص بخش، موارد آموزشی مورد نیاز توسط سرپرستار بخش اضافه گردد

و تحت عنوان کد 18 در این بخش مشخص گردد به عنوان مثال در بخش‌های زنان و زایمان

❖ نحوه‌ی مراقبت از نوزاد، بخش‌های دیالیز، ICU و... مراقبت‌های خاص در بخش در غالب کد مذکور

مشخص و در فرم آموزش به بیمار ثبت گردد.

### ج- آموزش‌های زمان ترخیصی (کدهای C):

#### کد ۱: زمان مراجعه به پزشک

❖ اعلام زمان و مکان مراجعه به پزشک معالج

#### کد ۲: داروهای پس از ترخیص

❖ نحوه مصرف داروها

❖ عوارض احتمالی و مهم داروها

❖ تداخلات دارویی و تداخلات غذا و دارو

❖ شناخت نام داروها توسط بیمار

❖ محل نگهداری داروها

#### کد ۳: برنامه خودمراقبتی و تکنیک‌های بازتوانی در منزل

|  |  |  |
|--|--|--|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>بیمارستان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستورالعمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|--|

❖ مراقبت از زخم

❖ بهداشت فردی

❖ فعالیت‌ها و ورزش‌ها

❖ شروع مجدد محدوده فعالیت جنسی

**کد ۴: تغذیه پس از ترخیص**

❖ رژیم غذایی مناسب پس از ترخیص

**کد ۵: فعالیت‌های پس از ترخیص**

❖ زمان از سرگیری فعالیت‌های طبیعی

❖ شروع مجدد فعالیت حرفه‌ای و شغلی

❖ میزان محدودیت در فعالیت

**کد ۶: نشانه‌های خطر پس از ترخیص**

❖ علائم هشدار دهنده که بایستی با بروز آنها سریعاً به پزشک مراجعه نماید

**کد ۷: چگونگی دستیابی به مراقبت‌های اورژانس**

❖ تلفن‌های تماس اضطراری که در صورت بروز علائم هشدار دهنده بیمار می‌تواند با آن تماس بگیرد.

❖ در زمان اضطراری در هر شهر یا روستایی که باشد به نزدیک‌ترین اورژانس یا مرکز بهداشت مراجعه کند.

**کد ۸: آدرس منابع و آدرس مراکز و سایت‌های آموزشی**

❖ در انتهای مطالب آموزشی ارائه شده به بیمار، منابعی جهت مطالعه بیشتر به بیمار و خانواده وی معرفی گردد.

**کد ۹: سایر موارد**

|  |  |  |
|--|--|--|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>بیمارستان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستورالعمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|--|

❖ موارد خاصی که بنا به شرایط نوع بیماری و بخش با نظر سرپرستار بخش در زمان ترخیص بایستی برای ادامه درمان و مراقبت به بیمار آموزش داده شوند.

### ❖ جدول ج:

این جدول در قسمت پشتی فرم آموزش به بیمار تعبیه شده و شامل قسمت های زیر می باشد که در هر نوبت ارائه آموزش به بیمار طبق حداقل های آموزشی تعیین شده در بخش بایستی توسط پرستار مسئول بیمار تکمیل و مهر و امضا گردد.

### زمان آموزشی

❖ در این آیتم بر اساس اینکه آموزش های لازم در چه تاریخ و زمانی به بیمار ارائه شده است، ساعت و تاریخ را قید نمائید.

### محتوای آموزشی

❖ با توجه به کدهای **B** فرم آموزش به بیمار و کدهای ضروری که در هر بخش موجود است و همچنین طبق اولویت های آموزشی هر بیمار ، یک کد آموزشی مناسب و مورد نیاز بیمار انتخاب و طبق برنامه مدون موجود به بیمار آموزش داده شود.

❖ این آموزش باید کوتاه و با تاکید بر روی نکات ضروری انجام شود و با مطالب آموزشی چاپی از قبیل پمفلت و کتابچه تکمیل شوند.

❖ کد محتوای آموزشی (از گروه **B**) ارائه شده در قسمت کد ثبت گردد.

|  |  |   |
|--|--|---|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>بیمارستان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستور العمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|---|

❖ در قسمت توضیح مختصر ، به صورت خیلی خلاصه بخش و سر فصل محتوای آموزشی ارائه شده نوشته شود که چه چیزی به بیمار آموزش داده شده است .البته از کلی گویی باید پرهیز گردد و آموزش ارائه شده بر اساس حداقل های تعیین شده در بخش به بیمار ارائه و ثبت گردد .

### یاد گیرنده

❖ یاد گیرنده می تواند خود بیمار یا همراه یا هر دو باشند. در خانه مورد نظر تیک زده شود

### روشی آموزشی

❖ نحوه ارائه آموزشها بر اساس روش تدریس منتخب پرستار یا علاقمندی بیمار می تواند به صورت چهره به چهره یا ارائه مطالب چاپی(رسانه آموزشی) و یا هر دو باشد.

### ارزیابی و برنامه ریزی آموزشی

❖ پس از اتمام آموزش حتما از بیمار سوال شود که آیا مطالب را درک کرده و اطمینان حاصل شود که دچار سوء تفاهم یا سوء برداشت نشده است و بعد از اطمینان از درک صحیح مطالب ، قسمت ارزیابی و برنامه ریزی آموزشی درک آموزش تیک زده شده و در غیر این صورت قسمت عدم درک آموزش علامت گذاری شود.

❖ در شیفتهای بعد دانسته های بیمار توسط پرستار مسئول بیمار در هر شیفت ارزیابی شود و اگر بیمار نتواند پاسخ مناسبی دهد ، این نشان دهنده عدم درک بیمار از مطلب آموزشی است . پس مجددا همان مورد را آموزش داده و در قسمت ارزیابی و برنامه ریزی آموزشی عدم درک آموزش را علامتگذاری نمایید.

|  |  |  |
|--|--|--|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>بیمارستان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستورالعمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|--|

❖ این روند تا رسیدن به درک کامل و صحیح بیمار در مورد همان آموزش ادامه خواهد داشت.

### مهر و امضاء آموزشی دهنده

❖ این قسمت بایست توسط فرد آموزش دهنده اعم از پرستار مسئول بیمار، پزشک، کارشناس تغذیه،

روانشناس، فیزیوتراپ و... مهر و امضا شود.

### ❖ جدول د:

این جدول در زمان ترخیص بایست به امضا و اثر انگشت بیمار یا همراه بیمار برسد و تأیید کننده آموزش های

ارائه شده توسط پرستار در طی مدت بستری می باشد.

### ۴- پیگیری های پس از ترخیص

❖ پیگیری های پس از ترخیص در راستای فعالیت های آموزشی خودمراقبتی بر اساس سیاست

بیمارستان انجام شود.

❖ برای ارائه آموزش های تکمیلی بر اساس تشخیص پزشک معالج و یا پرستار بیمار و یا خانواده بیمار را

با فرم ارجاع به کلینیک پرستاری خودمراقبتی معرفی می شود. همچنین با توجه به برنامه روزانه این

واحد بیماران و همراهیان می توانند به طور رایگان از سایر برنامه های آموزشی آن استفاده کنند.

### ۵- سیاست های آموزشی بیماران

۱-۵ شناسایی، نیازهای آموزشی بیماران:



|  |  |  |
|--|--|--|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>پارلمان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستورالعمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|--|

❖ از طریق تشکیل کارگروه آموزش به بیمار هر بخش که شامل رئیس بخش، مدیر پرستاری، سرپرستار، سوپروایزر آموزشی، سوپروایزر آموزش سلامت، مسئول (رابط) آموزش بیمار بخش و در فواصل حداقل فصلی انجام شود.

#### ۵-۲ اولویت بندی نیازهای آموزشی بیماران :

❖ بعد از تعیین تشخیص های پرستاری که نیازهای آموزش مددجو را مشخص می کند، پرستار مسئول بیمار، باید برنامه آموزشی را تدوین نماید.

#### ۵-۳ تامین منابع آموزشی و کمک آموزشی مورد نیاز برنامه های آموزشی :

- ❖ برنامه ریزی و مشارکت در تهیه پمفلت ها ، جزوات و محتواهای آموزشی بر اساس دستورالعمل ها و استفاده از منابع مورد تائید کمیته آموزش بیمار دانشگاه اعلام شده توسط سوپروایزر آموزش سلامت انجام شود.
- ❖ برنامه ریزی در خصوص نحوه اجرای برنامه های آموزش بیمار توسط کارگروه آموزش به بیمار در هر بخش انجام شود.
- ❖ پیش بینی منابع مالی و تسهیلات مورد نیاز بر اساس اولویت ها منطبق بر برنامه عملیاتی واحد آموزش سلامت مجتمع انجام شود.

#### ۵-۴ اجرای صحیح برنامه های آموزشی بیماران:

- ❖ اجرای طرح آموزش شامل استفاده از تمام اصول آموزش و یادگیری مانند توجه به آمادگی و توانایی بیمار، زمان مناسب، سهیم کردن بیمار و خانواده او، روش مناسب با توجه به حیطه یادگیری، وسایل کمک آموزشی، سازماندهی موضوعات آموزشی، تکلم با زبان قابل فهم برای بیمار، استفاده از اصول یادگیری مانند

|  |   |   |
|--|---|---|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>مجلس شورای اسلامی (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستور العمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|---|---|

اصول تکرار و تقویت، توجه به محیط یادگیری و دریافت بازخوردهای بیمار، انتخاب محتوای مناسب و اولویت بندی زمان ارائه آن می باشد.

#### ۵-۵ نظارت بر اجرای صحیح برنامه های آموزشی:

- ❖ بازدیدهای دوره ای از بخش های درمانی
- ❖ بررسی و ارزیابی اجرای آموزش بیمار با تکمیل و تحلیل اطلاعات (مربوط به فرم های رضایتمندی بیماران از آموزش پزشک و پرستار، ارائه مستندات آموزشی و ارزیابی عملکرد آموزشی پرستار) هر سه ماه یکبار انجام گردد.
- ❖ تعیین اثربخشی آموزشی بطور ماهانه با تکمیل چک لیست اثر بخشی برای حداقل ۱۵٪ ترخیصی های هر بخش، ثبت اطلاعات در فایل مربوط به شاخص ها و ارسال گزارشات در پایان هر فصل به دفتر پرستاری دانشگاه انجام گردد.
- ❖ ارائه گزارشات و تحلیل های مربوط به ارزیابی های انجام شده در کمیته آموزش بیمار و اقدامات مداخله ای/اصلاحی و برنامه های بهبود در قالب مصوبات کمیته مربوطه توسط سوپروایزر آموزش سلامت انجام گردد.

#### مستندات مرتبط:

- ❖ فرم آموزش به بیمار
- ❖ فرم آموزش به بیمار زمان ترخیص
- ❖ چک لیست های ارزیابی آموزش بیمار (رضایتمندی بیمار از آموزش پزشک و پرستار، مستندات آموزشی و ارزیابی عملکرد آموزشی پرستار و اثر بخشی آموزش بیمار)

منابع/مراجع:

|  |  |  |
|--|--|--|
| شماره سند: I-CT-SCE-024<br>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br>شماره بازنگری: ۰۳<br>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br>شماره ویرایش: ۰۳<br>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲ | <br>بیمارستان امام رضا (ع)<br><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b> | <b>عنوان سند: دستورالعمل</b><br>ریاست مجتمع<br>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت |
|--|--|--|

- ۱- دستورالعمل نحوه تکمیل فرم آموزش خودمراقبتی توسط پرستار به بیمار- دانشگاه علوم پزشکی مشهد ۱۳۹۱
- ۲- دستورالعمل تهیه محتوای آموزشی - دانشگاه علوم پزشکی مشهد - ۱۳۹۱
- ۳- نظام جامع آموزش سلامت به بیماران در جمهوری اسلامی ایران -داره ارتباطات و آموزش سلامت معاونت سلامت وزارت بهداشت ، درمان و آموزش پزشکی -۱۳۸۴
- ۳- دستورالعمل اجرایی برنامه برنامه ملی خود مراقبتی - وزارت بهداشت و درمان - ۱۳۹۴

| <b>تهیه کنندگان</b>        |                           |
|----------------------------|---------------------------|
| سمت                        | نام و نام خانوادگی        |
| سوپروایزر آموزش و سلامت    | نسرین اصفهانی             |
| سوپروایزر آموزشی           | مژگان غیائی               |
| <b>تأیید کنندگان</b>       |                           |
| سمت                        | نام و نام خانوادگی        |
| معاون آموزش و سلامت مجتمع  | دکتر محمد طیبی            |
| مدیریت خدمات پرستاری مجتمع | مینو آرمند                |
| <b>تصویب/ابلاغ کننده</b>   |                           |
| سمت                        | نام و نام خانوادگی        |
| رئیس و مدیر عامل مجتمع     | دکتر علی خورسند وکیل زاده |

|  |   |  |
|--|---|--|
| <p>شماره سند: I-CT-SCE-024<br/>تاریخ تدوین: ۹۵/۰۹/۲۸<br/>شماره بازنگری: ۰۳<br/>تاریخ بازنگری: ۹۸/۰۸/۰۲<br/>شماره ویرایش: ۰۳<br/>تاریخ ویرایش: ۹۸/۰۸/۰۲</p> | <p><br/>پارلمان امام رضا (ع)<br/><b>مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)</b></p> | <p><b>عنوان سند: دستورالعمل</b></p> <hr/> <p>ریاست مجتمع<br/>اداره برنامه‌ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت</p> |
|--|---|--|