



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)



فرم آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص (توسط پزشک و پرستار)

شماره پرونده: Unit No:

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:				

تشخیص نهایی: تاریخ ترخیص: تلفن بخش: ۰۵۱-۳۱۸۰۲۰۶۳ کد رهگیری دارو و آزمایشات نسخه شده:

وضعیت بیمار هنگام ترخیص: بهبودی ☐ بهبودی نسبی ☐ ترخیص با میل شخصی ☐ پیگیری ☐ غیره ☐

مداخله جوی گرامی: لطفا مطالب این فرم را به دقت مطالعه نمایید و تهیه داروهای نسخه شده و یا انجام آزمایشات درخواستی را فراموش نکنید.

نام دارو	میزان مصرف در روز	زمان مصرف (ساعت)	نحوه صحیح مصرف دارو
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐
			ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد ☐

از گوشت مرغ، کبوتر و ماهی بیشتر از سایر گوشت ها استفاده نمایید، گوشت مصرفی خود را با روغن زیتون، کنجد و ادویه های گرم مانند دارچین و زیره سبز طبخ نمایید. جهت تقویت مغز و بدن، مصرف مویز، انجیر، توت خشک، پسته و بادام، شیر و حریره بادام توصیه می شود. از عرق بادرنجبویه به علت باز کردن عروق مغزی و تقویت معده و قلب در برنامه غذایی استفاده کنید. آبگوشت و سوپ مرغ با شوید و گشنیز و نیز مصرف سنگ نمک توصیه می شود.

محدودیت های غذایی: از غذاهایی با طبع سرد مثل دوغ، خیار، هندوانه و.... پرهیز گردد.

سایر:

کف خانه را با پوشش نرم و ضخیم بپوشانید. کار با وسایل تیز و خطرناک مانند خرد کردن سبزی و اتوکشیدن را در حالت نشسته و در شرایط ایمن انجام دهید. تا حد امکان از وسایل نشکن و غیر چینی در آشپزخانه استفاده کنید و وسایل نوک تیز مثل چاقو و چنگال را رو به پایین قرار دهید.

هنگام تماشای تلویزیون، فاصله مناسب را رعایت کنید و اگر مجبور هستید برای مدت طولانی از رایانه استفاده شود به طور متناوب استراحت کنید.

سایر:

زمانی دوش بگیرید که تنها نیستید و درب حمام را کمی باز گذاشته و جهت جلوگیری از لیز خوردن، کف حمام را با پوشش پلاستیکی مناسب بپوشانید.

سایر:

مراقبت از زخم، محل جراحی و عضو آسیب دیده

علام خطر	اگر حمله بیمار در مدتی کوتاه تر از ۵ دقیقه به پایان رسید احتمالا علت تشنج درست مصرف نکردن داروها می باشد، بیمار را مدتی به حال خود بگذارید و بعدا با پزشک تماس بگیرید. اگر حمله بیش از ۵ دقیقه طول بکشد و یا دوبار پشت سرهم تکرار شود و یا درفاصله دو تشنج، بیمار به هوش نیامد، ممکن است صرع از نوع مداوم باشد که باید فوراً بیمار را به پزشک برسانید. سایر:
پیگیری های پس از ترخیص	زمان و مکان مراجعه به پزشک: روزهای یکشنبه و سه شنبه از ساعت ۱۷ الی ۲۲ و شنبه ها صبح ساعت ۱۰ الی ۱۲ به کلینیک ویژه بیمارستان قائم (ع) ، دکتر فرزادفر مراجعه نمایید. عصر روزهای زوج از ساعت ۱۷ الی ۲۰ به کلینیک ویژه قائم (ع)، دکتر رضایی طلب مراجعه کنید. در صورت نیاز به دریافت اطلاعات نوبت دهی کلینیک تخصصی با تلفن ۰۵۱۳۸۰۲۲۸۲۶ تماس حاصل فرمائید. لازم به ذکر است دریافت نوبت از کلینیک های تخصصی به صورت اینترنتی، از طریق آدرس سایت http://nobat.mums.ac.ir و یا به صورت حضوری، در همان روز حضور پزشک مربوطه، قبل از ساعت ۷ صبح می باشد.
سایر موارد آموزشی	از استعمال دخانیات (سیگار، قلیان، پپ) خودداری کنید. داروها به طور مرتب و منظم مصرف شود و هرگز قطع نشود. بیمار ترجیحا شب ها زود بخوابد و تا دیروقت بیدار نماند.
مددجوی گرامی: پس از مطالعه مطالب این فرم، هر گونه سوال یا ابهام احتمالی را یادداشت نموده و تا قبل از خروج از بیمارستان از پرستار خود سوال نمایید. ۱- ۲- ۳- *در صورتیکه در طی بستری برای شما آزمایش آسیب شناسی ارسال شده باشد، در برگه خلاصه پرونده شما، کد جواب دهی و شناسه پیگیری برای آزمایشات آسیب شناسی نوشته شده است، با مراجعه به سامانه جواب دهی آنلاین به آدرس: LabResult.mums.ac.ir جواب آزمایش خود را دریافت و به پزشک مراجعه نمایید. در صورت نیاز جهت دریافت جواب آزمایش، می توانید به صورت حضوری به آزمایشگاه آسیب شناسی و یا بخشی که در آن بستری بوده اید مراجعه نمایید. *مددجویانی که بیمه تامین اجتماعی دارند، کد ملی خود را جهت دریافت دارو و یا انجام آزمایشات ارائه نمایند. برای سایر بیمه ها مانند بانک ها، نیروهای مسلح و ... نسخه در دفترچه نوشته می شود. *جهت دسترسی به مطالب آموزشی مربوط به بیماری خود با اسکن بارکد وارد سایت آموزش به بیمار بیمارستان امام رضا می شوید. آدرس سایت آموزش به بیمار بیمارستان امام رضا (ع): https://emamreza.mums.ac.ir/amouzeshbimar/pamphlet *در صورت وجود هر گونه سوال در زمینه بیماری خود می توانید همه روزه (به جز روزهای تعطیل) از ساعت ۷:۳۰ تا ۱۳ با کلینیک های پرستاری آموزش سلامت تماس بگیرید. تلفن کلینیک پرستاری: ۰۵۱۳۸۵۲۵۵۱۵-۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰ در صورت نیاز به سوال خارج از ساعت ذکر شده با بخش بستری خود تماس بگیرید. امضاء / اثر انگشت بیمار یا همراهی مهر و امضاء پزشک مهر و امضاء پرستار	