



مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر
فرم آموزش به بیمار در زمان ترخیص هرنی (فتق)

شماره پرونده	نام	نام خانوادگی	کد ملی	نام پدر	سن
تحصیلات	بخش تخت	تشخیص هرنی	تاریخ و ساعت پذیرش	پزشک معالج	تاریخ ترخیص
بیماری زمینه ای : <input type="checkbox"/> ندارد <input type="checkbox"/> بیماری قلبی عروقی <input type="checkbox"/> دیابت <input type="checkbox"/> سرطان <input type="checkbox"/> کلیوی <input type="checkbox"/> سایر <input type="checkbox"/>					
آموزش های زمان ترخیص توسط پزشک					
تاریخ و ساعت	نام دارو	میزان و مدت زمان مصرف دارو	نحوه صحیح مصرف دارو	مهر و امضاء پزشک	
رژیم غذایی :					
مکان و زمان مراجعه بعدی :					
مراقبت های لازم و وضعیت حرکتی در منزل :					
آموزشهای زمان ترخیص توسط پرستار					
داروهای مصرفی در منزل	تاریخ و ساعت	نام دارو	زمان مصرف دارو	نحوه صحیح مصرف دارو	مهر و امضاء پرستار
مراقبتهای پرستاری لازم در منزل					
<p>تجویض پانسمان زخم را طبق دستور پزشک انجام دهید . آنتی بیوتیک ها را طبق دستور پزشک و سرساعت مصرف کرده و دوره درمان را کامل کنید . به مدت ۶ هفته فعالیت های خود را محدود کنید . از بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید . جهت بلند کردن اجسام از تکنیک مناسب استفاده کنید (یعنی برای بلند کردن اجسام , ابتدا روی زانو بنشینید و بعد اقدام به بلند کردن اجسام نمائید و به هیچ وجه جهت بلند کردن اجسام خم نشوید) . در حین سرفه کردن , عطسه و یا سسکسه , محل عمل جراحی را توسط دست یا بالش ثابت نگهداشته و حمایت کنید . در صورت چاق بودن , وزن خود را کاهش دهید . توصیه می شود که از استعمال لوسیون ها و پمادها بر روی محل برش جراحی تا زمان التیام و بسته شدن کامل لبه های زخم خودداری کنید . از انجام هر گونه زور زدن به هنگام دفع خودداری کنید .</p>					
علائم هشدار دهنده : در صورت داشتن هر یک از این علائم سریع به پزشک معالج یا مرکز درمانی مراجعه نمایید					
در صورت بروز عوارض بعد از عمل مثل درد شدید , تب و لرز و خروج ترشحات چرکی سریعاً به پزشک معالج مراجعه نمایید .					

<p>فعالیت</p> <p>به مدت ۶ هفته فعالیت های خود را محدود کرده و از سرفه کردن , زور زدن , بیوست , بلند کردن اجسام سنگین , تمرینات ورزشی و فعالیت های خشن خودداری کنید . پیاده روی سبک و با سرعت متوسط توصیه می شود .</p>	
<p>تغذیه</p> <p>در صورتی که ممنوعیتی وجود ندارد , توصیه می شود روزانه بیش از ۲ تا ۳ لیتر آب بنوشید . از رژیم غذایی پر فیبر (سبزیجات و میوه ها) به منظور جلوگیری از بیوست استفاده کنید .</p>	
<p>آموزشهای زمان ترخیص توسط پرسنل پاراکلینیک (فیزیوتراپ/کارشناس تغذیه و ...)</p>	
<p>مهر و امضاء آموزش دهنده</p>	
<p>بیماران محترم , در صورت بروز علائم ذیل در اسرع وقت با واحد کنترل عفونت تماس بگیرید و یا به پزشک معالج خود مراجعه کنید .</p>	
<p>تلفن واحد کنترل عفونت داخلی ۲۸۳</p>	<p>علائم عفونت ادراری (۲۴-۴۸): سوزش ادرار , تکرر ادرار , وجود خون در ادرار , درد ناحیه پهلوها یا ناحیه بالای لگن , ضعف و بی حالی , تب و لرز علائم عفونت زخم محل جراحی: قرمزی , تورم , گرمی , درد , ترشح , باز شدن بعضی از بخیه ها , تب و لرز علائم عفونت تنفسی: تب و لرز , تعریق , سرفه خشک و خلط دار , وجود خلط خونی , تنگی نفس بسته به شدت بیماری</p>
<p>تلفن تماس داخلی ۳۰۴</p>	<p>تاریخ پیگیری نتایج معوقه آزمایشگاه:</p>
<p>تلفن تماس داخلی ۲۷۸</p>	<p>تاریخ پیگیری نتایج معوقه پاتولوژی:</p>
<p>مکان و زمان مراجعه بعدی به پزشک :</p>	
<p>نام و امضاء آموزش گیرنده :</p>	<p>نام , مهر و امضای آموزش دهنده :</p>

جهت کسب اطلاعات بیشتر می توانید به سایتهای ذیل مراجعه نمایید

<http://ceel.sum.il.ir>

۱- آموزش به بیمار (تلفن داخلی : ۲۳۹)

<http://WWW.ir.diabetes.society.com>

۲- انجمن دیابت ایران :

<http://WWW.irankf.org>

۳- انجمن خیریه حمایت از بیماران کلیوی :

<http://WWW.shiremadar.com>

۴- ترویج تغذیه با شیر مادر :

<http://WWW.iranms.ir>

۵- انجمن مولتیپل اسکلوزیس ایران (انجمن ام اس) :

<http://shohada.lums.ac.ir>

۶- تلفن و سایت بیمارستان : ۶۶۳۳۲۳۶۴۰۱-۷

تلفن مستقیم واحد پیگیری بیماران پس از ترخیص: ۰۹۳۳۱۰۹۳۴۷۰

این فرم در دو نسخه تهیه و یک نسخه از آن تحویل بیمار و نسخه دوم در پرونده بیمار بایگانی شود .