



مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر

فرم آموزش به بیمار در زمان ترخیص بیماران نارسایی قلبی

شماره پرونده	نام	نام خانوادگی	کد ملی	نام پدر	سن
تحصیلات	بخش تخت	تشخیص نارسایی قلبی	تاریخ و ساعت پذیرش	پزشک معالج	تاریخ ترخیص

بیماری زمینه ای : ندارد بیماری قلبی عروقی دیابت سرطان کلیوی سایر

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

مراقبت های پرستاری لازم در منزل

مهر و امضاء پرستار	<p>رعایت دقیق دستورات پزشک معالج و تغییر شیوه زندگی بسیار مهم است . مصرف دارو ها باید به طور منظم و طبق دستور پزشک باشد . قبل از اتمام دارو ها حتما " به پزشک معالج خود مراجعه نموده و به هیچ وجه دارو های خود را قطع نکنید . برای کاهش تنگی نفس بهتر است موقع استراحت قسمت بالای سر را ۲۰-۳۰ درجه بالا بیاورید . از قرار گرفتن در هوای خیلی گرم و یا خیلی سرد خودداری کنید . از مصرف سیگار ، الکل ، مواد مخدر و یا مواد نیروزا اکیدا " خودداری کنید . از انجام فعالیت جسمانی شدید و یا حمل بار های سنگین خودداری نمائید .</p>
--------------------	--

علائم هشدار دهنده : در صورت داشتن هر یک از این علائم سریع به پزشک معالج یا مرکز درمانی مراجعه نمائید :

در صورت داشتن علائمی مانند تنگی نفس ، بی قراری ، سرفه مداوم و خلط صورتی ، بی اشتها یی ، تورم پاها و شکم و افزایش وزن به میزان ۱/۵ تا ۲/۵ کیلوگرم در عرض یک هفته و یا شب ادراری سریعا " به پزشک معالج مراجعه کنید .

<p>فعالیت</p> <p>در مرحله شدید بیماری بهتر است در طول روز استراحت کافی داشته باشید و به تدریج و با بهبود تنگی نفس فعالیت خود را شروع کرده و در تحمل افزایش دهید .</p>	
<p>تغذیه</p> <p>با توجه به تجویز پزشک محدودیت مصرف مایعات دارید . معمولاً " مصرف مجاز یک لیتر تا حداکثر دو لیتر در روز است . تا حد امکان سعی کنید دو ساعت مانده به ساعت خوابتان مایعات مصرف نکنید . مصرف نمک را محدود کنید و از مصرف غذاهای آماده و کنسرو شده ، سوسیس ، کالباس ، همبرگر ، انواع سس ها ، آب میوه های صنعتی ، نوشابه ها و دوغ های آماده و ترشی ها پرهیز نمایید . از مصرف غذاهای چرب و سرخ کرده خودداری کنید و از مواد غذایی مانند ماهی ، برنج و سیب زمینی به صورت پخته یا کبابی و با چربی کم استفاده کنید . مصرف میوه ها و سبزیجات تازه ۵-۳ وعده در روز توصیه می شود .</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 (۴۸-۲۴): سوزش ادرار ، تکرر ادرار ، وجود خون در ادرار ، درد ناحیه پهلوها یا ناحیه بالای لگن ، ضعف و بی حالی ، تب و لرز</p> <p>علائم عفونت زخم محل جراحی: قرمزی ، تورم ، گرمی ، درد ، ترشح ، باز شدن بعضی از بخیه ها ، تب و لرز</p> <p>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 : ۰۱-۷-۶۶۳۳۲۳۶۴

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