



مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر
فرم آموزش به بیمار در زمان ترخیص پارگی تاندون زانو

شماره پرونده	نام	نام خانوادگی	کد ملی	نام پدر	سن
تحصیلات	بخش تخت	تشخیص پارگی تاندون زانو	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

مراقبتهای پرستاری لازم در منزل

مهر و امضاء پرستار	<p>داروهای تجویز شده توسط پزشک به خصوص آنتی بیوتیک ها را به طور منظم و سر ساعت مصرف نمایند و دوره درمان را کامل کنید . در صورت درد می توانید از مسکن های تجویز شده توسط پزشک استفاده کنید . تعویض پانسمان طبق دستور پزشک و به روش استریل انجام گردد . جهت گذاشتن وزن روی پای جراحی شده و شروع حرکات زانو طبق دستور پزشک و فیزیوتراپ خود عمل نمایند . زیر میج پای عمل شده یک بالش قرار دهید . توصیه می شود که از زانو بند استفاده کنید . استعمال دخانیات و مصرف الکل روند بهبودی شما را به تاخیر می اندازد . فیزیوتراپی زانو را طبق دستور پزشک معالج شروع کنید . دو هفته بعد جهت ویزیت مجدد به پزشک معالج مراجعه نمایند .</p>
--------------------	--

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

در صورت تورم و درد غیر قابل کنترل و یا خروج ترشحات چرکی از ناحیه عمل به پزشک معالج مراجعه فرمائید .

<p>فعالیت</p> <p>بهتر است هر چه سریع تر حرکت و فعالیت خود را شروع کنید . شروع حرکات زانو را طبق دستور پزشک معالج و فیزیوتراپ خود انجام دهید . باکمک عصا و بدون وزن گذاری روی زانوی عمل شده می توانید راه بروید .</p>	
<p>تغذیه</p> <p>بیوست یکی از عوارض بعد از عمل است که به دلیل کاهش حرکت و استفاده از داروهای ضد درد ایجاد می شود . بهتر است با مصرف آب و مایعات کافی ، حرکت سریع تر و استفاده از مواد غذایی پر فیبر برطرف شود . از جمله مواد غذایی پر فیبر شامل سبزیجات و میوه های تازه و غلات می باشد . رژیم غذایی باید پر پروتئین و پر کلسیم و پر ویتامین بخصوص ویتامین ث باشد . مواد غذایی حاوی ویتامین ث شامل گوجه فرنگی ، پرتقال و کیوی و ... باشد .</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 لگنی ، 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.i>

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 .