



مرکز آموزشی درمانی شهدای عشایر
فرم آموزش به بیمار در زمان ترخیص شکستگی بینی

شماره پرونده	نام	نام خانوادگی	کد ملی	نام پدر	سن
تحصیلات	بخش تخت	تشخیص شکستگی بینی	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>داروهای خود را طبق تجویز پزشک مصرف کنید . معمولاً درد زیادی بعد از عمل وجود ندارد ولی گاهی به علت وجود تامپون داخل بینی ممکن است احساس درد خفیف در صورت و پیشانی داشته باشید که این درد ظرف چند هفته با مصرف مسکن های ساده مانند استامینوفن از بین می رود . هرگز بدون مشورت با پزشک از آسپرین یا بروفن برای تسکین درد استفاده نکنید چون باعث افزایش خونریزی می شود .</p> <p>معمولاً بعد از جا انداختن شکستگی بینی ، حدود یک هفته گچ یا اسپلنت برای محافظت روی بینی شما قرار داده می شود از برداشتن و جابجایی گچ به طور خودسرانه خودداری کنید . شستن صورت و یا حمام کردن با آب ولرم به شرطی که پانسمان روی بینی خیس نشود بلامانع است . تامپون بینی (که شامل رشته های نازک پانسمان نخی آغشته به پماد آنتی بیوتیک است) برای ۲ تا ۷ روز در داخل بینی شما قرار می گیرد تا مانع خونریزی و جابجایی شود .</p> <p>بعد از خارج کردن تامپون یا مش بینی به علت جمع شدن ترشحات داخل بینی نفس کشیدن مشکل می شود که می توانید برای شستشوی بینی روزانه چند نوبت از محلول سرم نمکی نرمال (سرم شستشو) استفاده کنید .</p> <p>در وضعیت نیمه نشسته استراحت کنید و حین خواب بالش های بیشتری زیر سرتان بگذارید تا تنه شما بالاتر قرار گرفته و ورم کمتری در صورتتان ایجاد شود .</p> <p>با دهان باز عطسه و سرفه کنید و از حرکات شدید صورت حین خنده و گریه و یا عمل تخلیه بینی با فشار خودداری کنید . از بلند کردن اشیاء سنگین خودداری کنید و مراقب باشد هیچ ضربه ای به بینیتان وارد نشود .</p>
--------------------	--

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

در صورت وجود خونریزی از بینی و یا بلع مکرر (خونریزی ته حلق) و یا تب سریعاً به پزشک معالج اطلاع دهید .

<p>فعالیت</p> <p>در هفته های اول ورزش های سنگین انجام ندهید و از بلند کردن اجسام سنگین و دولا شدن خودداری کنید . مراقب باشید هیچ گونه ضربه ای به بینی شما وارد نشود . می توانید با استفاده از مسواک نرم دندانهایتان را مسواک بزنید ولی لب بالا را دستکاری نکنید .</p>	
<p>تغذیه</p> <p>هیچ محدودیت غذایی وجود ندارد فقط از مصرف غذاهایی که احتیاج به جویدن طولانی دارند مانند ساندویچ , کباب برگ و یا مواد خوراکی که به آن ها حساسیت دارید خودداری 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 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 r>

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

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

۶-تلفن و سایت بیمارستان : ۶۶۳۳۲۳۶۴۰۱-۷

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