



فرم ثبت آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص پنومونی

کد محتوا: ۱۶۳

شماره پرونده: Unit Number:

پزشک معالج: Attending Physician:	بخش: Ward:	نام: Name	نام خانوادگی: Family:
تاریخ پذیرش: Date of Admission:	اتاق: Room:	تاریخ تولد: Data of Birth	نام پدر: Fathers Name:
	تخت: Bed:		

آموزش پزشک / پرستار

مراقبت های لازم در منزل

* معمولا درد قفسه سینه و تب چند روز بعد از درمان تخفیف می یابد سرفه ۲ تا ۳ هفته طول می کشد تا برطرف شود ولی خستگی و ضعف ممکن است ۶ هفته زمان ببرد تا به طور کامل برطرف گردد بنابراین از فعالیت بیش از حد در طی دوره بهبود خودداری نمایید و در بین فعالیت، دوره هایی از استراحت داشته باشید.

* در هنگام استراحت زیر سر بالا تر باشد و به منظور تنفس راحت تر از خوابیدن به پشت اجتناب کنید.

* برای پاک کردن راه هوایی، آرام و به صورت کنترل شده سرفه کنید.

* سیگار نکشید و از مصرف الکل خودداری کنید.

* بهداشت فردی خود را جهت پیشگیری از عفونت رعایت کنید هنگام سرفه از دستمال یکبار مصرف استفاده کنید و دستهای خود را با آب و صابون بشوئید.

* در هوای آلوده از منزل خارج نشوید و هنگام بیرون رفتن از منزل لباس گرم و مناسب بپوشید.

* از تماس با افراد سرماخورده خودداری کنید.

* از مصرف مواد محرک مانند اسپری خوشبو کننده، وایتکس و شیشه شوی خودداری کنید

ادامه مطالب را از پشت صفحه بخوانید

مصرف دارو:

* داروهایتان را مطابق آنچه پزشک برای شما دستور داده استفاده کنید از قطع خودسرانه داروها خودداری نمایید.

* دوره درمانی با آنتی بیوتیک را کامل کنید.

* برای آگاهی از نحوه مصرف داروها به آدرس سایت که در صفحه بعد نوشته شده مراجعه نمایید.

توصیه های لازم جهت آزمایشات معوقه:

زمان و مکان مراجعه به پزشک:

امضاء و اثر انگشت بیمار یا همراه بیمار

مهر و امضاء پرستار

مهر و امضاء پزشک

کد رهگیری دارو:

*اول پاییز جهت واکسیناسیون آنفولانزا، با پزشک خود مشورت نمایید

رژیم غذایی:

- * غذاهای پرانرژی، پر پروتئین، میوه و سبزیجات مثل شیر، تخم مرغ، ماهی، گوشت کم چرب، غلات، جوانه گندم، اسفناج، گوجه فرنگی، سوپ، فندق، موز، گلابی، سیب، پرتقال، آلو و کشمش، پنیر، گردو مصرف نمایند.
- * تعداد وعده های غذایی را افزایش ولی حجم غذا هر وعده را کاهش دهید.
- * اجتناب از مصرف غذاهای نفاخ مثل کلم، بادمجان، پیاز و حبوبات (حبوبات را ۲۴ ساعت قبل از استفاده خیس کرده و چند نوبت آب آن را عوض نمایند).
- * از مصرف زیاد مواد کافئین دار مانند چای، قهوه، شکلات پرهیز کنید.
- * رژیم غذایی کم نمک و کم چربی را رعایت کنید و از مصرف ادویه، ترشی جات و غذای سرخ کردنی، نوشابه، الکل، سیگار و قلیان پرهیز کنید
- * در صورت نداشتن محدودیت مصرف مایعات، حداقل ۸ تا ۱۰ لیوان در روز آب بنوشید.
- * از مواد غذایی مفید برای کاهش التهاب گلو مانند نوشیدنی های گرم حاوی عسل استفاده کنید.

علائم هشداردهنده که در صورت وقوع لازم است سریعاً مراجعه شود:

- * در صورت داشتن تب و لرز، خلط خونی، تنگی نفس، خس خس شدید، افزایش ضربان قلب، کاهش فشار خون، اضطراب، سرفه های خشک و سخت، به بیمارستان مراجعه نموده یا اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید.

❖ پاسخگویی به سوالات بعد از ترخیص هر روز به جز ایام تعطیل ساعت ۱۴ الی ۱۵ خانم ریحانی: ۰۹۱۵۶۴۱۶۸۹۳

❖ شماره تماس بخش:

❖ جهت کسب اطلاعات بیشتر: در گوگل این مراحل را انجام دهید: ۱- بیمارستان امام حسن بجنورد ۲- وب سایت بیمارستان ۳- آموزش به بیمار (سمت چپ صفحه اصلی بیمارستان تصویر آموزش به بیمار را انتخاب نمایید) ۴- مطلب مورد نظر خود را انتخاب نمایید

خوب است بدانیم:

کد ۷۲۴: ازدست رفتن زمان برابر است با یک عمر ناتوانی. در صورت بروز علائم حمله مغزی مانند بی حرکتی یک طرفه اندامها (دست و پا)، گفتار نامفهوم یا لکنت، افتادگی یک طرفه صورت با رساندن سریع بیمار (کمتر از ۳ ساعت) به تنها مرکز کد ۷۲۴ (استان) بیمارستان امام حسن باعث بهبود سریع و کاهش ناتوانی در بیماران شوید.