



فرم آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص

شماره پرونده: Unit Number:

توده ای با ریشه عصبی (نوروبلاستوم)

Attending physician: پزشک معالج:	Ward: بخش:	Name: نام:	Family Name: نام خانوادگی:
Date of Admission: تاریخ پذیرش:	Room: اتاق:	Date of birth: تاریخ تولد:	Father Name: نام پدر:
Bed: تخت:			

تشخیص نهایی: توده ای با ریشه عصبی (نوروبلاستوم) تاریخ ترخیص: تلفن بخش: کدرگیری دارو و آزمایشات نسخه شده:

وضعیت بیمار هنگام ترخیص: بهبودی ☐ بهبودی نسبی ☐ ترخیص با میل شخصی ☐ پی گیری ☐ غیره ☐

مددجوی گرامی: لطفا مطالب این فرم را به دقت مطالعه نمایید و تهیه داروهای نسخه شده و یا انجام آزمایشات در خواستی را فراموش نکنید.

آموزش دارو	نام دارو	میزان مصرف در روز	زمان مصرف (ساعت)	نحوه صحیح مصرف دارو
				ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ زمان خواب ☐ با آب زیاد ☐
				ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ زمان خواب ☐ با آب زیاد ☐
				ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ زمان خواب ☐ با آب زیاد ☐
				ناشتا ☐ قبل از غذا ☐ همراه غذا ☐ بعد از غذا ☐ زمان خواب ☐ با آب زیاد ☐
تذکره	✧ رژیم غذایی بعد از ترخیص: مصرف مایعات فراوان در طول روز ۶-۸ لیوان تا ترشحات راحت تر تخلیه گردد. ✧ غذاهای بیمار باید پرپروتئین و دارای کالری کافی باشد تا از کاهش وزن پیشگیری شده و انرژی کافی داشته باشند. مثل کشمش خرما سیب زمینی موز ذرت پوره سیب زمینی برنج ماکارانی تخم مرغ و ✧ غذاهایی که هضم آنها راحت است مصرف کرده و از مصرف غذاهایی مانند جگر خودداری گردد. غذاهای بیماراران باید کاملاً پخته باشد و گوشت های کبابی که روی آتش پخته می شوند مصرف نشود. از مصرف غذاهای آماده مانند پیتزا، سوسیس، کالباس، غذاهای کنسرو شده آماده مثل تن ماهی خودداری گردد. ✧ فقط از میوه های که پوست ضخیم مانند پرتقال، سیب و موز و... استفاده شود. میوه جات به صورت کمپوت شده در منزل استفاده شود یا از مصرف میوه هایی مثل انگور، توت فرنگی، شاتوت، گیلان، آلبالو، آلو به دلیل اینکه پوست کنده نمی شوند و احتمال آلودگی دارند تا حد امکان خودداری شود. ✧ تخم مرغ حتماً به صورت پخته شده استفاده شود. شیر قبل از استفاده جوشانده شود. ترشیجات و خیار شور به علت منع قارچ بودن به هیچ وجه استفاده نشود. ✧ از مصرف تنقلاتی مانند آجیل و مغزها مثل گردو، فندق، پسته و بادام به علت احتمال آلوده بودن با قارچ جداً خودداری شود. ✧ از مصرف سبزیجات خام جدا خودداری شود و سبزیجات پخته مانند برانی اسفناج، قرمه سبزی و کوکو سبزی استفاده شود. ✧ محدودیت های غذایی: در صورت مصرف قرص دگزامتازون، پردنیزولون محدودیت نمک داشته باشید			
	❖ فعالیت ها (استحمام و قدم زدن) را به تدریج و در حد تحمل افزایش دهید (اول بنشینید در صورت عدم سرگیجه ایستاده و سپس چند قدم بردارید). ❖ حین فعالیت، دوره های استراحت داشته باشید. ❖ از قرار گرفتن در معرض موقعیت های استرس زا اجتناب کنید. ❖ از تروما، ضربه و فعالیت های سنگین پرهیز شود			
	منعی ندارد.			
	زمان تعویض پانسمان: زمان کشیدن بخیه: نحوه مراقبت از اتصالات:			
مراقبت از جراح و جراح				

علاج خط	✳ سایر: در صورت بروز علائم زیر به پزشک مراجعه کنید: تب بالای ۳۸ درجه، لکه ها و یا مناطق سفید در دهان و یا زخم های دهانی، اسهال و یا استفراغ تکرار شونده، سوزش هنگام ادرار، وجودخون در ادرار یا قرمز شدن رنگ آن، عدم توانایی کودک در ادرار کردن، تکرر ادرار و ضعف در کنترل ادرار، سرفه های شدید یا گلودرد، سردرد شدید، خونریزی و یا ایجاد دانه های بنفش رنگ روی پوست بدن کودک که ممکن است ناشی از کاهش پلاکت باشد،، در مواقعی که احساس می کنید آب بدن فرزندتان کم شده، یا در مواقعی که استفراغش قطع نمی شود یا اگر حالت استفراغ بیش از ۲۴ ساعت بعد از درمان در او باقی ماند، به پزشک مراجعه کنید
پس از ترخیص پی گیری های	پیگیری جواب آزمایشات: آزمایشات خواسته شده توسط پزشک در زمان تعیین شده انجام گردد پس از ترخیص در زمان تعیین شده جهت گرفتن نوبت به مطب پزشک معالج مراجعه فرمایید زمان مراجعه به پزشک داشتن خلاصه پرونده الزامی است
خود مراقبتی	✳ کسی اجازه عیادت از شما را ندارد محل های مشترک با سایر اعضای خانواده مانند آشپزخانه، دستشویی باید تهویه مناسبی داشته و مرتب ضد عفونی شود . ✳ ظرف غذا و قاشق و لیوان شما باید از بقیه مجزا باشد و پس از مصرف جدا شسته و ضد عفونی شود. ✳ از حضور کودک در اماکن شلوغ به خصوص در فصول سرما جلوگیری کنید و در صورت حضور از ماسک استفاده کند، ✳ از حیوانات خانگی مانند سگ، جوجه، گربه و ... دوری کنید، کودک باید تا حد امکان از تماس با افرادی که عفونت دارند، سرماخورده اند، تب خال دارند و یا به تازگی واکسن زده اند خودداری نماید، از قرار دادن گل طبیعی و گیاه گلدانی کاشته شده در خاک، در اتاق کودک اجتناب کنید. ✳ دستهای خود و کودکان را مرتب بشویید. رعایت بهداشت دهان ضروری است. ✳ سطوح وسایلی مانند: خودکار، میز و صندلی، دستگیره ها کنترل تلویزیون، کلیدو پریز و شیر آلات، دکمه آسانسور و.... و دستشویی و توالت را ابتدا با شوینده های معمول تمیز کنید و سپس با ضد عفونی کننده حاوی وایتکس که شامل یک لیوان وایتکس با ۹ لیوان آب می شود، مرتباً "ضد عفونی کنید." ✳ دستهای خود را مرتب با آب و مایع صابون ۲۰ تا ۳۰ ثانیه به روش صحیح بشویید و با دستمال کاغذی خشک کنید.
بچه	✳ سایر.....
مددجوی گرامی: پس از مطالعه مطالب این فرم، هر گونه سوال یا ابهام احتمالی را یادداشت نموده و تا قبل از خروج از بیمارستان از پرستار خود سوال نمایید. ۱. ۲. *در صورتیکه در طی بستری برای شما آزمایش آسیب شناسی ارسال شده باشد، در برگه خلاصه پرونده شما، کد جواب دهی و شناسه پیگیری برای جواب آزمایش آسیب شناسی نوشته شده است، با مراجعه به سامانه جواب دهی آنلاین به آدرس LabResult.mums.ac.ir و وارد نمودن کدهای داده شده جواب آزمایش خود را دریافت و به پزشک مراجعه نمایید. در صورت نیاز جهت دریافت جواب آزمایش، می توانید به صورت حضوری نیز به آزمایشگاه آسیب شناسی و یا بخشی که در آن بستری بوده اید مراجعه نمایید. *مددجویانی که بیمه تامین اجتماعی دارند، کد ملی خود را جهت دریافت دارو و یا انجام آزمایشات ارائه نمایند. برای سایر بیمه ها مانند بانک ها، نیروهای مسلح و ... نسخه در دفترچه نوشته می شود.	
روشهای دسترسی به آموزش مجازی	
■ مراجعه به وب سایت بیمارستان لینک آموزش به بیمار به آدرس https://sheikh.mums.ac.ir/education/patient-education https://www.aparat.com/Dr.Sheikh_Hospital/videos ■ اسکن کد با نرم افزار بار کد خوان و ورود مستقیم به صفحه مطالب آموزشی بخش هماتولوژی	
*در صورت وجود هرگونه سوال در زمینه بیماری خود می توانید همه روزه (به جز روزهای تعطیل) از ساعت ۷:۳۰ تا ۱۳ با کلینیک های پرستاری آموزش سلامت ۰۵۱۳۷۲۶۹۰۲۱ - داخلی (۲۰۲) تماس بگیرید. در صورت نیاز به سوال خارج از ساعت ذکر شده با بخش بستری داخلی (۱۴۵) خود تماس بگیرید. امضاء/ اثر انگشت بیمار یا همراهی مهر و امضای پزشک مهر و امضای پرستار	