



فرم آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص

بیماری سنگ کلیه

Unit No: شماره پرونده:

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:		

مراقبت‌های پرستاری		آموزش‌های پزشکی	
	نحوه صحیح مصرف دارو	میزان و مدت زمان مصرف	نام دارو

حتی اگر احساس بهبودی داشتید و دارو ها را قطع نکنید تا دوره درمان کامل شود

آموزش‌های پرستاری	آموزش‌های پزشکی	آموزش‌های سایر کارکنان (کارشناس تغذیه)
✧ نوشیدن مقدار زیادی مایعات در طول روز یک معیار آسان برای میزان دریافت مایعات کافی شفاف شدن رنگ ادرار به رنگ آب است. ✧ محدود کردن مصرف نمک و پروتئین در رژیم غذایی ✧ محدود کردن پروتئین های حیوانی چون باعث بزرگ تر شدن سنگ می شود به همین دلیل مصرف گوشت، مرغ، جگر و قلم و ماهی تاحدی محدود شود ✧ مصرف منابع غنی پروتئین گیاهی مانند محصولات سویا و انواع حبوبات مفید است ✧ در کودکانی که نوع سنگ آنها از ترکیبات اگزالات کلسیم است ضروری است که مصرف انواع مغزهای گیاهی، اسفناج، اردهای سبوس دار، بادمجان، فلفل سبز، هویج و چای تاحدزیادی محدود شود ✧ مصرف لبنیات به میزان متوسط ۲ لیوان سیر یا ماست یا ۳۰ گرم پنیر دربرین غذا توصیه می شود. با توجه به این که مصرف کلسیم و لبنیات برای رشد کودک خصوصا کودکان خردسال ضروری است به جز بعضی از سنگ ها که محدودیت دارند حتما در این زمینه با پزشک خود مشاوره نمایید ✧ نوشابه سرشار از فسفات است که ممکن است منجر به تولید سنگ شود	☐ معمولی و مایعات فراوان در برنامه غذایی خود دو اصل تعادل و تنوع رعایت گردد نوشیدن مایع به اندازه ی کافی. که طور عمده اب است مهم ترین تغییر در شیوه ی زندگی می باشد که موجب جلوگیری از تشکیل سنگ کلیه در نوزادان و کودک شما می شود	دارد (فرم ارائه شده است) ☐ نیاز ندارد ☐

آموزشهای سایر کارکنان (فیزیوتراپیست)	آموزشهای پرستاری		
دارد (فرم ارائه شده است) ☐ ☐ نیاز ندارد	❖ در طی حمله سنگ کلیه، تا حد امکان کودک به فعالیت خود ادامه دهد زیرا فعالیت به دفع سنگ کمک می کند.	تحرك نسبی در منزل ☐	وضعیت حرکتی

آموزشهای پرستاری

❖ اگر به اندازه ی کافی آب مصرف نکند به اندازه ی کافی ادرار تولید نمی شود و به این معنی است احتمال تشکیل سنگ کلیه افزایش یافته است ❖ لطفا در جمع آوری و بررسی ادرار جهت جدار کردن سنگبرای تجزیه دقت لازم را داشته باشید ❖ در صورتیکه کودک شمدچار اضافه وزن است بیشتر در معرض ابتلا به سنگ کلیه است ❖ سعی کنید برای حفظ رنگ زرد کمرنگ یا شفاف ادرار کودکان به اندازه ی کافی آب بخورد ❖ سایر موارد		سایر آموزشهای مهم (علامت خطر و...)
پیگیری جواب آزمایشات:	تاریخ مراجعه بعدی به پزشک معالج:	مراجعه بعدی به پزشک معالج (تاریخ، مکان، مورد نیاز)
در صورت عدم توانایی کودک در دفع ادرار و تب و لرزش شدید و افزایش شدت درد و بی قراری کودک و عدم دفع سنگ حتما به پزشک مراجعه کنید	تلفن و زمان تماس با بخش:	مراجعه به کلینیک آموزش سلامت (تاریخ، مکان، مورد نیاز)
هنگام مراجعه بعدی حتما خلاصه پرونده همراه داشته باشید	تلفن و زمان تماس با کلینیک آموزش سلامت: 05137269021-202 همه روزه بجز ایام تعطیل ۸ الی ۱۲ صبح	
کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در درمانگاه	بخش:	
باسخگویی: همه روزه به جز ایام تعطیل ساعت ۸ الی ۱۲ (منشی بخش): ۳۱۲		
آدرس: خراسان رضوی، مشهد، میدان توحید، خیابان دکتر شیخ، بیمارستان فوق تخصصی کودکان دکتر شیخ		
تلفن: ۵-۰۵۱ ۳۷۲۶۹۰۲۱ پست الکترونیک: Sheikh.hos@mums.ac.ir		
روشهای دسترسی به آموزش مجازی بیمارستان دکتر شیخ • مراجعه به وب سایت بیمارستان لینک آموزش به بیمار از طریق آدرس https://sheikh.mums.ac.ir/education/patient-education • اسکن کد با نرم افزار بار کد خوان و ورود مستقیم به صفحه مطالب آموزشی		روشهای دسترسی به آموزش مجازی



اینجانبتایید می نمایم که آموزشهای فوق را دریافت نموده ام.

امضاء یا اثر انگشت بیمار یا همراه بیمار	تایید و امضاء پزشک	تایید و امضاء پرستار	تایید و امضاء کارشناس تغذیه	تایید و امضاء فیزیوتراپیست
---	--------------------	----------------------	-----------------------------	----------------------------