

|                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| آموزشهای پزشکی                                                                                                                                                                                                  | آموزشهای پرستاری                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | آموزشهای سایر کارکنان (کارشناس تغذیه)                                                                                                                             |
| <p><b>کم نمک و با محدودیت مایعات</b></p> <p>در برنامه غذایی خود دو اصل تعادل و تنوع رعایت گردد</p> <p>در بیماران سندروم نفروتیک رژیم غذایی پروتئین (سفیده تخم مرغ، گوشت، مرغ، لبنیات) و کم نمک توصیه می شود</p> | <p>✂ محدودیت مصرف نمک در مواردی که بیمار تحت درمان با دوزهای بالای پردنیزولون است</p> <p>✂ جهت بهبود طعم غذاها از آلیمو طبیعی فاقد نمک آب مرکبات ترش مانند آب نارنج یا آب گوجه فرنگی طبیعی استفاده کنید</p> <p>✂ از مصرف خیارشور ترشی، و سس گوجه فرنگی و غذاهای آماده و کنسرو شده، چیس، پفک، انواع مغزهای شور و سوسیس و کالباس، زیتون و دوغ و به طور کلی هر غذایی که در تهیه آن نمک به کار رفته باشد جدا پرهیز کنید</p> <p>✂ از مصرف غذاهای سرخ شده در روغن پرهیز کنید مانند پیتزا بهتر است غذاها بخارپز، آب پز یا کبابی باشند</p> <p>✂ از مصرف چربی گوشت ها، لبنیات پرچرب، سس سفید، کله پاچه، زرده ی تخمه مرغ، میگو، کره و شیرینی های خامه ای و چیس پرهیز کنید</p> <p>✂ توصیه می شود بخش عمده گوشت مصرفی گوشت سفید مرغ و یا ماهی باشد</p> <p>✂ سعی کنید رژیم سرشار از سبزیجات و میوه های تازه برای کودکان تهیه کنید</p> | <p><b>دارد</b> (فرم ارائه شده است) <input type="checkbox"/></p> <p><b>نیاز ندارد</b> <input type="checkbox"/></p>                                                 |
| <p><b>تحرك نسبي در منزل</b> <input type="checkbox"/></p>                                                                                                                                                        | <p><b>آموزشهای پرستاری</b></p> <p>✂ فعالیت: معمولا اقدامات حمایتی است. در زمان ادم، کودک باید استراحت کند. در خاموشی بیماری، محدودیت فعالیتها اعمال نمی شود.</p> <p>✂ در مرحله حاد بیماری، باید بیمار استراحت مطلق شود. (بخصوص در بیمارانی که ورم شدید دارند)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p><b>آموزشهای سایر کارکنان (فیزیوتراپ)</b></p> <p><b>دارد</b> (فرم ارائه شده است) <input type="checkbox"/></p> <p><b>نیاز ندارد</b> <input type="checkbox"/></p> |
| <p><b>رژیم غذایی</b></p> <p><b>وضعیت حرکتی</b></p>                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                   |

## آموزشهای پرستاری

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |                                                                                                                                                                                                   |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>✧ <b>داروهای کورتون و بعضی داروهای ضد فشار خون، نباید به طور ناگهانی قطع شود، بلکه زیر نظر پزشک و به مرور مصرف آن کم و سپس قطع گردد</b></p> <p>✧ مادر باید اندامهای دارای ادم را بالا قرار دهد. نواحی که بیشتر دچار ادم می شود مانند اسکروتوم تمیز شود و از اصطکاک آن با البسه جلوگیری شود.</p> <p>✧ چون کودک در معرض خطر عفونت تنفسی است نباید در معرض بیماران عفونی قرار گیرد. هر دو هفته یکبار ادرار بیمار باید از نظر پروتئین آزمایش شود.</p> <p>✧ دارویی پردنیزولون همراه با غذا یا شیر مصرف شود تا از مشکلات گوارشی ناشی از عوارض دارویی کاهش یابد</p> <p>✧ در صورتیکه کودک از داروهای سرکوب کننده سیستم ایمنی (کورتون ها) مانند پردنیزولون استفاده می کند، برای پیشگیری از عفونت نکات بهداشتی را رعایت کنید. ( اجتناب از محیط های شلوغ و پرازدحام، عدم تماس با افرادی که بیماری عفونی فعال دارند)</p> <p>✧ داروهای ادرار آور بهتر است قبل از خواب داده نشود تا خواب کودک مختل نگردد.</p> <p>✧ از مصرف خودسرانه داروهای ادرار آور پرهیز کنید</p> <p>✧ از قطع خود به خودی پردنیزولون جدا خودداری کنید</p> <p>✧ در صورت مراجعه به پزشک به هر علت و یا در مواردی که اورژانس پزشکی پیش آید والدین باید از سابقه بیمار سندروم نفروتیک و مصرف پردنیزولون به پزشک اطلاع دهند</p> <p>✧ توجه به انجام واکسیناسیون از جمله آنفولانزا و پنوموداکس</p> <p>✧ سایر موارد و پیگیری ها.....</p> |  | <p><b>سایر آموزشهای مهم</b><br/>(علائم خطر و...)</p>                                                                                                                                              |  |
| <p><b>پیگیری جواب آزمایشات: .....</b></p> <p><b>در صورت تهوع، استفراغ، بی اشتها، گیجی، خستگی، تنگی نفس، تشنج، افزایش فشارخون، ادم بیش از حد، تپش قلب حتما به پزشک مراجعه کنید.</b></p> <p>از آنجایی که ممکن است عفونت در این بیماران همراه با تب نباشد از هرگونه علائم غیرطبیعی از جمله سرفه، سرگیجه و ... که نشانه ای از یک عفونت باشد حتما با پزشک مشاوره کنید</p> <p><b>هنگام مراجعه بعدی حتما خلاصه پرونده همراه داشته باشید</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  | <p><b>تاریخ مراجعه بعدی به پزشک معالج.....</b></p> <div><input type="checkbox"/></div>                                                                                                            |  |
| <p><b>تلفن و زمان تماس با کلینیک آموزش سلامت: 05137269021-202 همه روزه بجز ایام تعطیل ۸ الی ۱۲ صبح</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  | <p><b>مراجعه بعدی به پزشک معالج</b><br/>(تاریخ، مکان، مدارک مورد نیاز)</p>                                                                                                                        |  |
| <p><b>کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در درمانگاه</b></p> <p><b>پاسخگویی: همه روزه به جز ایام تعطیل ساعت ۸ الی ۱۲ ( تماس با منشی) داخلی بخش: ۳۱۲</b></p> <p><b>آدرس: خراسان رضوی، مشهد، میدان توحید، خیابان دکتر شیخ، بیمارستان فوق تخصصی کودکان دکتر شیخ</b></p> <p><b>تلفن: ۵-۰۲۱-۳۷۲۶۹۰۲۱ پست الکترونیک: Sheikh.hos@mums.ac.ir</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  | <p><b>مراجعه به کلینیک آموزش سلامت</b><br/>(تاریخ، مکان، مدارک مورد نیاز)</p>                                                                                                                     |  |
| <p><b>روشهای دسترسی به آموزش مجازی بیمارستان دکتر شیخ</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• مراجعه به وب سایت بیمارستان لینک آموزش به بیمار از طریق آدرس <a href="https://sheikh.mums.ac.ir/education/patient-education">https://sheikh.mums.ac.ir/education/patient-education</a></li><li>• اسکن کد با نرم افزار بار کد خوان و ورود مستقیم به صفحه مطالب آموزشی</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | <div></div> <div></div> |  |

اینجانب .....تایید 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 فیزیوتراپست |
|-----------------------------------------|--------------------|----------------------|-----------------------------|---------------------------|