دانشگاه علوم پزشکی مشهد
Mashhad University of Medical Science
بیمارستان تخصصی مهر

فرم آموزش به بیماروخانواده درزمان ترخیص بیماران آنژین

Unit No:	شماره پرونده:

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

آموزش های زمان ترخیص توسط پرستار

آموزش دارو	نام دارو	میزان و مدت زمان مصرف			نحوه صحیح مصرف دارو
		صبح	ظهر	شب	
					قبل از غذا ☐ بعد از غذا ☐ همراه غذا ☐ ناشتا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد☐
					قبل از غذا ☐ بعد از غذا ☐ همراه غذا ☐ ناشتا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد☐
					قبل از غذا ☐ بعد از غذا☐ همراه غذا ☐ ناشتا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد☐
					قبل از غذا ☐ بعد از غذا☐ همراه غذا ☐ ناشتا ☐ موقع خواب ☐ با آب زیاد☐

تغذیه

رژیم غذایی کم چرب و کم نمک، محدودیت مصرف نوشابه های گازدار و مصرف بیشتر غذاهای دریایی نظیر ماهی و میگو ، استفاده ازغذاهای سبک در وعده های زیاد وحجم کم. استفاده از روغن زیتون وذرت وکنجد به جای روغنهای جامد واشباع شده ومصرف مواد غذایی دارای فیبر و میوه جات

از مصرف غذاهای نفاخ و الکل و سیگار پرهیز کنید و پس از صرف غذا مدت کوتاهی استراحت کرده و تا ۲ ساعت بعد از غذا از انجام فعالیت های بدنی خودداری کنید.

فعالیت

از ورزش های سنگین و مکان های پرسروصدا وشلوغی ورانندگی طولانی اجتناب کنید. قبل از فعالیت هایی مثل بالا رفتن از پله و فعالیت جنسی و ... که ممکن است موجب درد قفسه سینه شود برای پیشگیری از درد قرص زیر زبانی استفاده کنید. پرهیز از فعالیت در هوای خیلی سرد وخیلی گرم و دارای رطوبت زیاد. انجام فعالیت در سطح صاف واجتناب از بلند کردن و کشیدن اجسام سنگین .

پیگیری های پس از ترخیص

در تاریخ ..... به مطب آقا/ خانم دکتر ..... مراجعه نمایید

در صورت بروز تنگی نفس ودرد قفسه سینه وافت فشار خون به مراکز درمانی مراجعه شود.

در صورت داشتن سوال در مورد بیماری یا مصرف داروها با تلفن ۳۸۴۲۷۰۱۱داخلی ۶۵۰ تماس حاصل فرمایید.

آموزش های لازم

همیشه قرص نیتروگلیسیرین زیر زبانی خود را به همراه داشته باشید و در صورت درد قفسه سینه فعالیت خود را متوقف کرده و از قرص زیر زبانی به فاصله پنج دقیقه تا ده دقیقه (حداکثر سه قرص) استفاده کنید در صورت عدم بهبوددرد علی رغم مصرف سه قرص زیر زبانی فورا به مرکز درمانی مراجعه کنید. درد قفسه سینه جدی گرفته شود وفشار خون قبل از مصرف داروها کنترل گردد .

سایر موارد

توضیحات

برای کسب اطلاعات بیشتر کد های زیر را اسکن نمایید.

انژین صدری	کاهش سکته قلبی	دیابت	فشار خون بالا

امضا پزشک | امضا پرستار | امضاء و اثر انگشت بیمار یا همراه