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

فرم آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص بیماران سکته قلبی

شماره پرونده: Unit No:

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

آموزش های زمان ترخیص توسط پزشک و پرستار

	نام دارو	میزان و مدت زمان مصرف: صبح	ظهر	شب	نحوه صحیح مصرف دارو / توضیحات
آموزش دارو					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☐
					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 نمک و کم چربی رعایت شود و و از مصرف غذاهای کنسروی ، فست فودها و نوشابه پرهیز کنید. مصرف شکر و غذاهای پر کالری را کاهش دهید و سبزیجات تازه ، میوه ها ، آجیل و غلات را به رژیم غذایی خود اضافه کنید.
فعالیت	به مدت دو هفته از انجام فعالیت های سنگین اجتناب کنید، از بلند کردن اجسام سنگین ،رانندگی و برگشتن به محیط کار تا زمانی که پزشک اجازه نداده است پرهیز کنید. انجام فعالیت های سبک مثل پیاده روی در مسیرهای کوتاه مانعی ندارد . شروع فعالیت جنسی به یک ماه بعد از سکته قلبی موکول شود. از آب خیلی داغ یا خیلی سرد جهت استحمام استفاده نکنید، زمان استحمام کوتاه باشد و در صورت امکان از صندلی داخل حمام استفاده کنید . از ایجاد بخار زیاد داخل حمام به علت تنگی تنفس خودداری کنید.
پیگیری های پس از ترخیص	قبل از اتمام داروها به پزشک مراجعه کنید و به هیچ عنوان بدون اجازه پزشک قلب معالج خود دارویی را قطع نکرده و میزان داروها را کم و زیاد نکنید. بیمار در تاریخ ....به مطب آقای دکتر ....مراجعه نماید.
آموزش های لازم	اجتناب از تماس با گرما وسرمای شدید وراه رفتن در مقابل بادو به مدت یک هفته پرواز نداشته باشید. واز مصرف مسکن ها به جز استامینوفن و داروهای کورتون اجتناب شود .در صورت داشتن سوال در مورد بیماری یا مصرف داروها با تلفن ۳۸۴۲۷۰۱۱داخلی ۶۵۰ تماس حاصل فرمایید.
سایر موارد	
توضیحات	**برای کسب اطلاعات بیشتر کد های زیر را اسکن نمایید.** سکته قلبی — پیشگیری از زخم بستر — دیابت — فشار خون بالا

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