

فرم آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص

شماره پرونده: Unit No:

تنگی کانال نخاع

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:		

آموزش های زمان ترخیص توسط پزشک و پرستار

امضاء پزشک و پرستار	نحوه صحیح مصرف دارو	میزان و مدت زمان مصرف			نام دارو	آموزش دارو
		صبح	ظهر	شب		
	قبل از غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> ناشتا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>					
	قبل از غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> ناشتا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>					
	قبل از غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> ناشتا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>					
	قبل از غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> ناشتا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>					
	قبل از غذا <input type="checkbox"/> بعد از غذا <input type="checkbox"/> همراه غذا <input type="checkbox"/> ناشتا <input type="checkbox"/> موقع خواب <input type="checkbox"/> با آب زیاد <input type="checkbox"/>					

تغذیه
رژیم غذایی سالم و سبک داشته باشید و مایعات کافی بنوشید. در صورت داشتن دیابت یا فشارخون مصرف غذاهای کم نمک و کم چرب توصیه می شود. برای جلوگیری از یبوست غلات، حبوبات و میوه جات مثل انجیر، سیب با پوست، آلو بخارا، گلابی، انبه، پرتغال، کیوی و کشمش توصیه می شود.

مراقبت از زخم، محل جراحی و ضمیر آسپ
زمان کشیدن سوند (در صورت وجود): ندارد
زمان کشیدن درن (در صورت وجود): قبل از ترخیص کشیده می شود.
زمان دریافت بیوبسی (در صورت وجود): یک هفته بعد عمل
زمان تعویض پانسمان (در صورت وجود): روز در میان
زمان کشیدن بخیه (در صورت وجود): ۲ هفته بعد عمل بعد مراجعه به پزشک
زمان استحمام: با استفاده از پانسمان ضد آب به حمام بروید تا زخم ها خیس نشود.

بگیری های پس از ترخیص
زمان مراجعه به پزشک: دو هفته بعد عمل به پزشک مراجعه کنید.
موارد توصیه شده: هر روز کمی راه بروید و فعالیت سبک داشته باشید. پانسمان را تمیز و خشک نگه دارید و داروها را طبق دستور مصرف کنید.
موارد ممنوع: از نشستن طولانی یا خم شدن زیاد، بلند کردن اجسام سنگین تا ۴ الی ۶ هفته، حرکات ناگهانی و عطسه یا سرفه شدید پرهیز نمایید.

سایر موارد آموزشی
 استراحت مطلق لازم نیست، فعالیت سبک مفید داشته باشید روزانه چندبار پیاده روی کوتاه و آرام با کمربند داشته باشید.
 کمربند طبی را هنگام راه رفتن و نشستن ببندید و هنگام خواب آن را بازکنید تا راحت باشید.
 در صورت درد شدید، تورم، تب، ترشح یا کاهش حس و حرکت در اندام ها سریع به پزشک مراجعه کنید (در صورت بروز مشکل با شماره ۳۸۴۲۷۰۱۱ داخلی ۶۰۱ تماس بگیرید)

برای کسب اطلاعات بیشتر کد های زیر را اسکن نمایید.



فشار خون بالا



دیابت



توصیه های غذایی مناسب



بیشگیری از زخم بستر



تنگی کانال