



دانشگاه علوم پزشکی نیشابور

فرم آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص

شماره پرونده: Unit No:

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی ۲۲ بهمن

فرم آموزش به بیمار - کرونا

Ward: بخش:	Attending Physician: پزشک معالج:	Name: نام:	Famil Name: نام خانوادگی:
Room: اتاق:	Date Of Admission: تاریخ پذیرش:	Bir th Date: تاریخ تولد:	Father Name: نام پدر:
Bed: تخت:			

تشخیص نهایی:..... تاریخ ترخیص:..... وضعیت بیمار در هنگام ترخیص: بهبودی نسبی بهبودی با میل شخصی غیره

آموزش توسط پزشک و پرستار

توضیحات	زمان مصرف دارو	نام دارو

آموزش داروها در زمان ترخیص

آموزش‌های پرستاری: داروها را طبق دستور پزشک، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید مصرف کرده و بدون مشورت پزشک قطع نکنید. در صورت شروع داروی جدید، جهت پیشگیری از تداخلات دارویی با پزشک مشورت کنید.

وعددهای اصلی و میان وعده غذایی را به صورت منظم مصرف کنید. از تخم مرغ، گوشت، شیر کم چرب و پنیر کم چرب و کم نمک، نان و غلات سبوس‌دار و میوه و سبزی استفاده شود. پروتئین را در اولویت قرار دهید. مصرف مایعات توصیه می‌شود. از مصرف فست‌فودها، گوشت‌های فرآوری شده و غذاهای سرخ شده نوشابه‌ها و نوشیدنی‌های شیرین شده با شکر و مصرف قند ساده اجتناب کنید.

رژیم غذایی

بعد از اتمام بیماری کرونا، به مدت 2 الی 4 هفته نباید فعالیت بدنی شدید انجام داد. پس از طی این مدت می‌توانید فعالیت بدنی سبک مانند پیاده‌روی و دوچرخه‌سواری نرم داشته باشید و به تدریج شدت فعالیت بدنی خود را افزایش دهید.

وضعیت حرکتی

در صورتی که سرفه و احساس ضعف و بیحالی شما بدتر شد، یا مجدد تب کردید یا تنگی نفس شما تشدید شد، بلافاصله به مرکز درمانی مراجعه کنید. برای بیماران بستری تقریباً ۲۱ روز و برای بیماران سرپایی تقریباً ۱۴ روز پس از شروع علائم باید اصول جداسازی و ماندن در منزل رعایت شود. از دست دادن حس بویایی و چشایی که ممکن است بلافاصله بعد از بهبودی باز نگردد و بعد از ۲-۳ ماه به مرور زمان باز می‌گردند. انجام تمرینات تنفسی در منزل توصیه می‌شود.

سایرموارد آموزشی

زمان مراجعه به پزشک: مکان مراجعه به پزشک: ارجاع به درمانگاه دیابت یا فشار خون ارجاع به واحد پرستار پیگیر

<p>رادیولوژی: در صورت نیاز به دریافت رپورت سی تی اسکن، ام آر آی، رادیولوژی و... به صورت حضوری به منشی واحد تصویر برداری مراجعه کنید.</p> <p>آزمایشگاه: با وارد کردن کد رهگیری رسید آزمایش در سامانه جواب‌دهی آنلاین به آدرس: www.lab.num.ac.ir در تاریخ تعیین شده، جواب آزمایش خود را دریافت و به پزشک مراجعه نمایید.</p>	<p>پیگیری نتایج تستهای معوقه</p>
--	----------------------------------

در صورت وجود سوال در زمینه بیماری خود می‌توانید همه روزه (به جز روزهای تعطیل) در ساعت اداری با کلینیک پرستاری آموزش سلامت تماس بگیرید
 تلفن تماس: 051-43304 داخلی ۱۰۷ در صورت نیاز به پاسخ سوال خارج از ساعت ذکر شده با بخش بستری خود تماس بگیرید.

پس از مطالعه مطالب این فرم، هر گونه سوال یا ابهام احتمالی را یادداشت نموده و تا قبل از خروج از بیمارستان از پرستار خود سوال نمایید.

۱-
۲-

مهر و امضای پرستار

مهر و امضاء پزشک معالج

امضاء بیمار یا همراهی: