



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
Ministry of Health & Medical Education

دانشگاه علوم پزشکی مشهد

مرکز پژوهشی، آموزشی و درمانی امید

شماره پرونده: Unit No:

فرم آموزشهای ارائه شده به بیمار لنفوم در زمان ترخیص توسط پزشک و پرستار

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:				
نحوه ارائه آموزش	لنفوم						آموزش های ارائه شده به بیمار
چهره به چهره و مکتوب	مراقب باشید نواحی درگیر دچار آسیب های ثانویه نشوند.						مراقبت از زخم ، محل جراحی و عضو آسیب دیده
چهره به چهره و مکتوب	در صورت نداشتن بیماری های زمینه ای مانند : دیابت ، چربی خون ، فشار خون ، ناراحتی های گوارشی و.... محدودیتی در مصرف مواد غذایی ندارید و می توانید رژیم غذایی کاملی داشته باشید. بهتر است از رژیم پروتئین و پر کالری استفاده کنید. برای جلوگیری از عوارض گوارشی ناشی از شیمی درمانی بهتر است تعداد وعده های غذایی را افزایش دهید و حجم وعده ها را کاهش دهید.						تغذیه
چهره به چهره و مکتوب	روزانه در حد تحمل پیاده روی داشته باشید ، از استراحت زیاد در بستر و خواب زیاد جداً پرهیز کنید . ورزش های ملایم هوایی با دوستان بسیار مناسب است ، کاهش خواب در حد قابل انتظار است ولی بی خوابی شدید نیاز به درمان دارد.						فعالیت و استراحت
چهره به چهره و مکتوب	داروهای خود را حتما طبق دستور پزشک مصرف کنید. از مصرف خودسرانه داروهای مکمل و گیاهی پرهیز کنید.						مدت زمان و نحوه صحیح مصرف دارو
چهره به چهره و مکتوب	عدم تماس با بیماران تب دار و عفونی ، جلوگیری از بروز ضربات شدید به بدن ، استفاده از ماسک یک بار مصرف پرهیز از مراجعه به مکان های پر ازدحام ، شست و شوی دست ها با آب و صابون ، رعایت بهداشت فردی قبل از هر وعده غذایی ، رعایت بهداشت دهان و دندان (استفاده از مسواک نرم و دهانشویه بدون الکل به صورت روزانه)						سایر موارد آموزشی
چهره به چهره و مکتوب	برای انجام معاینات و پیگیری های دوره ای حتما در زمان مقرر مراجعه کنید.						پیگیری های پس از ترخیص
جهت دریافت خدمات آموزشی و سوالات احتمالی با کلینیک پرستاری آموزش سلامت در ارتباط باشید: ساعت فعالیت : همه روزه صبح ها ۸-۱۳ شماره تماس : ۴-۳۸۴۲۶۲۸۲ ، داخلی ۸۵۴۴ - ۸۶۲۲ روش های دسترسی به آموزش های مجازی بیمارستان : ۱. وب سایت بیمارستان به آدرس https://omid.mums.ac.ir/index.php/nursing-services/amoozesh-salamat/%E3-%E4-%E7-brochure ۲. اسکن بارکد مقابل با نرم افزار بارکدخوان تلفن همراه و ورود مستقیم به صفحه مطالب آموزشی سایت بیمارستان							ارتباط با بیمارستان امید
امضاء پرستار			امضاء پزشک			امضاء یا اثر انگشت بیمار یا همراه بیمار	