
	<b>وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی</b> <b>دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی استان ایلام</b>	
	<b>مرکز آموزشی درمانی شهید مصطفی خمینی (ره)</b> <b>واحد آموزش به بیمار</b>	

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خود مراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص، طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

تاریخ ترخیص:	نام و نام خانوادگی بیمار:	نام بیماری: سرطان 2/1	پزشک یا پزشکان معالج:	جهت دریافت جواب . . . . . در تاریخ / / به واحد . . . . . مراجعه فرمایید
حین بستری	<b>❖ درمان</b>			
	<p>برنامه درمانی عمدتاً بستگی به نوع و مرحله سرطان دارد. پزشکان همچنین سن و سلامت عمومی بیمار را نیز در نظر می‌گیرند. هدف از درمان، اغلب بهبود کامل سرطان است؛ در غیراین صورت، هدف کنترل بیماری تا حد امکان و کاهش علائم آن است. اقدامات درمانی رایج سرطان عبارتند از:</p> <p>جراحی، پرتودرمانی، یا شیمی‌درمانی، هورمون‌درمانی، پیوند سلول‌های بنیادی یا درمان‌های ترکیبی در مورد برخی از انواع سرطان تنها یک روش درمانی بهترین نتیجه را می‌دهد، ولی برای بعضی دیگر ممکن است ترکیبی از چند روش مؤثرتر واقع شود.</p>			
	<b>❖ رژیم غذایی</b>			
	<p>برای شما برنامه غذایی مناسب، متعادل و متنوع با هدف تأمین نیاز روزانه به انرژی و مواد مغذی توسط کارشناس تغذیه تنظیم می‌گردد به گونه‌ای که در آن از تمام گروه‌های اصلی غذایی در وعده‌ها استفاده شود.</p> <p>اگر تهوع و استفراغ دارید از خوردن هر نوع خوراکی خودداری کنید و به پرستار خود اطلاع دهید تا طبق نظر پزشک دارو و سرم شروع شود.</p>			
<b>❖ فعالیت</b>				
<p>برای خارج شدن از تخت پس از اجازه پزشک ابتدا لبه تخت نشسته و پاهای خود را از لبه تخت آویزان کنید. در صورت نداشتن سرگیجه و تاری دید و ... می‌توانید از تخت خارج شوید. دقت کنید حتماً پرستار بخش را در زمان خارج شدن از تخت مطلع فرمایید تا در کنار شما باشد.</p>				
<b>❖ مراقبت</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ از دستکاری سرم‌ها و رابط‌های متصل به خود خودداری کنید.</li> <li>✓ داروها طبق تجویز پزشک و در فواصل مشخص توسط پرستار برای شما اجرا خواهد شد.</li> <li>✓ با تیم مراقبتی در زمان انجام اقدامات تشخیصی و درمانی همکاری نمایید. بررسی‌های تشخیصی سرطان عبارتند از: آزمایش خون، ادرار یا دیگر مایعات بدن، تصویربرداری با اشعه ایکس یا رادیوگرافی، سی‌تی‌اسکن و اسکن هسته‌ای، سونوگرافی و ام‌آر‌آی، نمونه‌برداری یا بیوپسی</li> <li>✓ در صورتی که جراحی انجام داده‌اید و لوله‌ای در محل جراحی جهت خروج ترشحات (هموواگ) وصل شده است مواظب باشید تا نخورد یا زیر بدن شما قرار نگیرد. مخزن این لوله باید پایین‌تر از سطح بدن شما باشد تا ترشحات براحتی از زخم خارج شود. در صورتی که این مخزن پر شده است به پرستار خود اطلاع دهید.</li> <li>✓ در صورت جراحی و مشاهده خونریزی از زخم و یا خیس شدن پانسمان به پرستار خود اطلاع دهید.</li> <li>✓ مواظب باشید در زمان خواب و استراحت برانول یا لوله سرم از دست شما خارج نشود.</li> <li>✓ ممکن است روزانه از شما خونگیری شود.</li> <li>✓ از خوردن خودسرانه داروها و بدون اجازه پزشک خودداری نمایید.</li> <li>✓ در مورد انتخاب روش‌های درمانی با پزشک مشورت نمایید.</li> </ul> <p>پانسمان محل جراحی طبق دستور پزشک و در زمان‌های مشخص تعویض خواهد شد</p>				

**دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری و زمان ترخیص**



**وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی**  
**دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی استان ایلام**  
**مرکز آموزشی درمانی شهید مصطفی خمینی (ره)**  
**واحد آموزش به بیمار**



همکار محترم پرستاری بهارستان با توجه به دستورالعمل جامع خود مراقبتی و آموزش بهار، الزامی است آموزش بهار حین بستری و ترخیص، طبق این دستورالعمل و حداقل محوای زیر انجام گیرد

نام و نام خانوادگی بیمار:	پزشک یا پزشکان معالج:	نام بیماری: سرطان 2/2
<p style="text-align: center;"><b>❖ رژیم غذایی</b></p> <p>اگر پرتودرمانی یا شیمی درمانی جهت درمان سرطان انجام می دهد به علت کمبود اشتها، تغییر ذائقه، دردناک شدن فرآیند جویدن، خشک شدن دهان، اسهال، تهوع و استفراغ، کاهش وزن ایجاد می شود بنابراین نیاز به کالری و پروتئین کافی مانند گوشت برای پیشرفت بهبودی، بدست آوردن توان و قدرت و داشتن وزن سالم دارید. پس توصیه های زیر را بخاطر بسپارید:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• بهتر است تعداد وعده های غذایی به 6 تا 8 وعده در روز افزایش دهید... در هر وعده، در حجم کم از غذاهای مقوی و مغذی استفاده کنید.</li> <li>• غذاهای متنوع مصرف کنید. مواد غذایی با رنگ های متنوع، بافت های مختلف و طعم های متفاوت باعث می شود حس بهتری داشته باشید.</li> <li>• برای تقویت ایمنی بدن، میوه ها و سبزی هایی با رنگ تیره مانند پرتقال، هویج، آلو سیاه، کلم بروکلی، اسفناج، گوجه فرنگی، ذرت و ... بخورید.</li> <li>• از روغن زیتون، روغن بذر کتان و روغن کتانولا برای طبخ غذاهای پختن استفاده کنید.</li> <li>• میوه ها و مغزهای خام را در وعده صبحانه هم داشته باشید.</li> <li>• مایعات فراوان و آب زیاد بنوشید.</li> <li>• گوشت سفید را جایگزین گوشت قرمز کنید.</li> </ul>		
<p style="text-align: center;"><b>❖ فعالیت</b></p> <p>ورزش کنید. بسیاری از بیماران معتقدند با انجام ورزش سبک مانند پیاده روی، دوچرخه سواری، یوگا احساس بهتری پیدا می کنند.</p> <p>استراحت مهم است اما پزشکان معمولاً به بیماران توصیه می کنند که تا حد امکان فعال باقی بمانند. دست کم شبی 8 ساعت بخوابند.</p> <p>شاید در طول روز به چرت زدن نیاز داشته باشد. بسیاری بر این عقیده اند که یک استراحت 10 تا 15 دقیقه ای کمک به سزایی می کند. اگر می خواهید چرت بزند سعی کند کم تر از 1 ساعت باشد.</p> <p>به جای این که همه فعالیت ها را یک باره انجام دهید، برای مهم ترین فعالیت ها در طول روز برنامه ریزی کنید.</p>		
<p style="text-align: center;"><b>❖ مراقبت</b></p> <p>در صورتی که نیاز به پرتودرمانی دارید توصیه های زیر را بخاطر بسپارید:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• از لباس های پنبه ای نرم و آزاد استفاده کنید.</li> <li>• از مالیدن پوست در طی دوش و یا حمام گرفتن اجتناب نمایید به آرامی به طور مناسب بعد از حمام کردن پوست خشک دست بزنید.</li> <li>• اگر اصلاح می کنید، از ماشین اصلاح برقی استفاده کنید و از لوسیون قبل از اصلاح استفاده نکنید.</li> <li>• جهت شستشو و استحمام از آب سرد یا ولرم استفاده کنید.</li> <li>• جهت خاراندن پوست از یک ماساژور یا فشار انگشت و دست روی ناحیه مورد نظر استفاده کنید.</li> <li>• در صورت استفاده از داروهای خوراکی شیمی درمانی توصیه های زیر را انجام دهید:</li> <li>• آنها را به همراه شیر و یا شربت آنتی اسید مصرف کنید.</li> <li>• داروها را به طور مرتب و به موقع مصرف نمایید.</li> <li>• در صورت ایجاد درد، ترشح چرکی و تورم در محل تزریق دارو به پزشک مراجعه نمایید.</li> <li>• در زمان شیمی درمانی از قرص آسپرین و گروه سالیسیلاتها و ایندومتاسین، مفنامیک اسید، بروفن، دیکلوفناک، پیروکسیکام استفاده نشود مگر با دستور پزشک معالج خود باشد.</li> <li>• اگر عمل جراحی انجام شده مراقب زخم ناحیه عمل باشید و به صورت استریل آن را پانسمان نمایید.</li> </ul>		
<p style="text-align: center;"><b>❖ زمان مراجعه بعدی</b></p> <p>جهت کشیدن بخیه ها 10-7 روز بعد از عمل مراجعه کنید.</p> <p>جهت دریافت نتیجه پاتولوژی به بیمارستان مراجعه و نتیجه را به رویت پزشک معالج برسانید.</p> <p>اگر هر کدام از موارد زیر وجود داشت:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• در صورت مشاهده هر گونه ترشح، خونریزی، تغییر رنگ یا تورم محل عمل جراحی</li> <li>• متوجه تغییراتی در توده شده اید، یا توده های جدید ظاهر شد.</li> <li>• اگر پس از شروع درمان علایم بدتر شوند و یا رو به بهبودی نگذارند.</li> <li>• اگر علائم جدید ایجاد شد.</li> </ul>		
<b>توجهات ویژه و زمان مراجعات بعدی:</b>		
نام پزشک معالج		ادرس مطب:
تلفن مطب:		
نام دارو	مقدار	ساعت مصرف
توجهات ویژه	ارتباط با غذا	
	صبح	قبل از غذا
	صبح	بعد از غذا
	صبح	همراه غذا
	صبح	همراه غذا
	صبح	همراه غذا
به منظور افزایش آگاهی و رضایتمندی مراجعه کنندگان عزیز، درخواست می شود نظرات اصلاحی خود را به سوپروایزر آموزشی واقع در دفتر پرستاری اعلام کنید		
نام و نام خانوادگی بیمار یا همراه وی امضاء	مهر و امضاء پرستار	مهر و امضاء پزشک

دکتر حسن نورمحمدی فوق تخصص خون و سرطان ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر: مطب چهارراه سعدی	دکتر علی رضا اسماعیلی فوق تخصص خون و سرطان ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر: مطب : میدان 22 بهمن
---	--

**دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری و زمان ترخیص**