



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 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

جهت دریافت جواب در تاریخ / / به واحد مراجعه فرمایید	پزشک یا پزشکان معالج: نام و نام خانوادگی بیمار:	نام بیماری: پلاسمافریز 2/1 تاریخ ترخیص:
<p style="text-align: center;">❖ فعالیت</p> <p>✓ پس از زمان انجام پلاسمافریز ابتدا لبه تخت نشسته و در صورت نداشتن سرگیجه می‌توانید با کمک همراه یا پرستار خود از تخت خارج شوید.</p> <p>✓ از بلند شدن ناگهانی و خارج شدن از تخت بدون هماهنگی با پرستار و همراهان خودداری کنید.</p>		
<p style="text-align: center;">❖ اقدامات قبل و بعد از انجام پلاسمافریز</p> <p>✓ چند دقیقه قبل از انجام پلاسمافریز در کلینیک حاضر شوید.</p> <p>✓ قبل از شروع پلاسمافریز به شما لوله‌هایی متصل می‌شود، از دستکاری و کشیدن آن‌ها خودداری نمایید.</p> <p>✓ از تکان دادن شدید اندامی که دارای مسیر رگ و اتصالات مرتبط است در زمان انجام پلاسمافریز خودداری نمایید.</p> <p>✓ در زمان انجام پلاسمافریز آرامش خود را حفظ نمایید و فکر خود را مشغول کنید.</p> <p>✓ می‌توانید از کتاب خواندن در زمان انجام پلاسمافریز کمک بگیرید.</p> <p>✓ لوله‌های دسترسی به رگ‌های مرکزی بعد از اتمام پلاسمافریز به علت احتمال خونریزی سریعاً خارج نگردد.</p> <p>✓ جلسات پلاسمافریز را در زمان مقرر و تعیین شده انجام دهید و آن‌ها را تاخیر نیندازید.</p> <p>✓ در صورتی که در حین انجام پلاسمافریز تنگی نفس یا سرگیجه داشتید به پرستار یا پزشک اطلاع دهید.</p> <p>✓ قبل از شروع پلاسمافریز از پرستار خود بخواهید در این زمینه آموزش‌های لازم را به شما بدهد تا از استرس شما کم شود.</p> <p>✓ در صورتی که در محل اتصالات وصل شده به شما خونریزی مشاهده نمودید به پرستار یا پزشک خود اطلاع دهید.</p> <p>✓ در جلسات اول می‌توان از مسیر عروق محیطی مانند رگ‌های دست جهت تعویض پلاسمافریز استفاده کرد ولی در جلسات بعدی به علت خراب شدن این عروق، بهتر است از رگ‌های مرکزی در گردن و ران با استفاده از وسایل خاص استفاده شود. این لوله‌های مرکزی نیاز به مراقبت بسیاری توسط شما دارد.</p>		
حین بستری ۶		

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 محتوای زیر انجام گیرد

نام بیماری: پلاسمافریز 2/2		پزشک یا پزشکان معالج:		نام و نام خانوادگی بیمار:	
<p>❖ رژیم غذایی</p> <p>✓ در زمان انجام پلاسمافریز میزان آهن خون و اومگا 3 و پروتئین خون خود را با مواد غذایی حاوی این مواد جبران کنید، تخم مرغ، شیر، لبنیات، گوشت، آب گوشت، کباب مرغ، سوپ مرغ، ماهی فراوان، میوه جات مثل موز و پرتقال و هلو و شلیل و انگور و خربزه و ... باعث می شود تا قدرت بدن بالا رفته و تحمل انجام پلاسمافریز افزایش یابد. مواد غذایی حاوی آهن عبارتند از: انواع گوشتها (مخصوصا بوقلمون)، جگر، عدس، زرده تخم مرغ، اسفناج، کشمش و آلوی خشک</p> <p>✓ بهتر است همزمان با مصرف مواد آهن دار، میوه ها و سبزیجاتی که ویتامین C دارند (مانند: پرتقال، لیمو شیرین، سبزی خوردن، گوجه فرنگی، فلفل دلمه ای و نارنگی) و موادی که کلسیم دارند بیشتر مصرف شود تا جذب آهن بیشتر شود.</p> <p>✓ خوردن چای بعد غذا جزو عادات غلط است زیرا باعث می شود جذب آهن کمتر شود.</p> <p>✓ یک برنامه غذایی سالم و مناسب داشته باشید و از مصرف غذاهای پر کالری و با ارزش غذایی کم خودداری کنید.</p>					
<p>❖ فعالیت</p> <p>✓ انجام فعالیت در زمان بعد از انجام پلاسمافریز منعی ندارد و با توجه به شرایط جسمی خود می توانید ورزش کنید.</p>					
<p>❖ مراقبت</p> <p>✓ از انجام پلاسمافریز و جایگزینی پلاسما مصنوعی ترسی نداشته باشید.</p> <p>✓ در صورتی که لوله رگ مرکزی در گردن شما ثابت شده باشد از تکان شدید گردن به علت خارج شدن آن خودداری کنید.</p> <p>✓ محل قرار گرفتن لوله های داخل رگ ها را از نظر خونریزی کنترل نمایید.</p> <p>✓ 2 تا 3 جلسه پس از انجام پلاسمافریز آزمایش انعقادی به صورت روزانه و یا قبل از هر جلسه انجام خواهد گرفت.</p>					
<p>❖ زمان مراجعه بعدی</p> <p>✓ در صورتی که پزشک به شما پیشنهاد انجام پلاسمافریز را می دهد، حتما آن را انجام دهید.</p> <p>✓ جلسات پلاسمافریز را در زمان مقرر و تعیین شده انجام دهید و آن به تاخیر نیندازید.</p>					
توجهات ویژه و زمان مراجعات بعدی:					
نام پزشک معالج		ادرس مطب:		تلفن مطب:	
نام دارو	مقدار	ساعت مصرف		ارتباط با غذا	
		صبح	قبل از غذا	بعد از غذا	همراه غذا
		صبح	قبل از غذا	بعد از غذا	همراه غذا
		صبح	قبل از غذا	بعد از غذا	همراه غذا
به منظور افزایش آگاهی و رضایتمندی مراجع 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 نسرین بازگیر / فوق تخصص روماتولوژی					

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