



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

جهت دریافت جواب . . . . در تاریخ / / به واحد . . . . مراجعه فرمایید	1 پزشک یا پزشکان معالج:	نام بیماری: پیس میکر داخلی
	2 نام و نام خانوادگی بیمار:	تاریخ ترخیص:
	<p><b>❖ اقدامات قبل از عمل</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ از شب قبل ناشتا باشید.</li> <li>✓ قبل از رفتن به اتاق عمل زیورآلات، اجسام فلزی، گیره سر، دندان مصنوعی و غیره را خارج کنید.</li> <li>✓ کلیه لباس ها (لباس زیر، جوراب و...) را درآورید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید.</li> <li>✓ در صورت داشتن آرایش و لاک ناخن آن را پاک کنید.</li> <li>✓ قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه (ادرار) را تخلیه نمایید.</li> <li>✓ قبل از رفتن به اتاق عمل برای شما سرم وصل می شود و احتمالاً آنتی بیوتیک تزریق می کنند.</li> <li>✓ در صورت داشتن سابقه بیماری (دیابت، آسم و...)، سابقه حساسیت (دارویی، غذایی) پرستار و پزشک معالج را در جریان امر قرار دهید.</li> </ul>	
	<p><b>❖ درد</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد.</li> </ul>	
	<p><b>❖ رژیم غذایی</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ تا مدت ۲ ساعت چیزی نخورید سپس مایعات شروع کنید. در صورت نداشتن مشکل می توانید غذاهای جامد نیز بخورید.</li> </ul>	حین بستری ۶
	<p><b>❖ فعالیت</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ تا چند ساعت باید استراحت مطلق باشید و از تکان دادن دست در سمتی که باطری تعبیه شده تا ۴۸ ساعت خودداری کنید.</li> <li>✓ تا بهبود زخم، محدودیت حرکت بازو وجود دارد. از بلند کردن اجسام سنگین خودداری شود.</li> </ul>	
	<p><b>❖ . مراقبت</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ برای پیشگیری از خونریزی و کبودی در محل تعبیه باطری دائم، کیسه شن را ۲۴ تا ۴۸ ساعت بنا به نظر پزشک بر روی موضع حفظ کنید.</li> <li>✓ از باز کردن پانسمان جداً خودداری کنید.</li> <li>✓ در صورت هرگونه درد، تنگی نفس و درد قفسه سینه، سرگیجه، احساس سردی و خونریزی در موضع به پرستار اطلاع دهید.</li> <li>✓ در صورت وجود قرمزی، تورم، درد محل پیس میکر به پرستار اطلاع دهید.</li> <li>✓ از ضربه زدن به ژنراتور پیس اجتناب کنید.</li> <li>✓ از بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.</li> </ul>	

**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 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

نام بیماری: پیس میکرو داخلی		2	2	پزشک یا پزشکان معالج:	نام و نام خانوادگی بیمار:
<p><b>❖ رژیم غذایی</b></p> <p>✓ غذاهای فیبر دار مثل غلات، حبوبات، میوه و سبزی (سالاد بدون سس همراه با آبلیمو و سرکه) مصرف کنید.</p> <p>✓ گوشت سفید مانند مرغ و ماهی به خصوص اگر آب پز یا کبابی باشد بهتر است.</p> <p>✓ از خوردن چای و قهوه پر رنگ و نوشیدنی‌های حاوی کافئین خودداری کنید.</p> <p>✓ حتی المقدور از مصرف چربی، نمک، شیرینی، کیک خامه ای، گوشت قرمز، و غذاهای چرب بپرهیزید.</p>					
<p><b>❖ فعالیت</b></p> <p>✓ به تدریج که احساس بهبودی کردید، فعالیت هائی را که در زندگی عادی و طبیعی خود داشتید از سر بگیرید. فعالیت‌هایی نظیر مسافرت، رانندگی، استحمام، حتی شنا و ورزش با داشتن پیس میکرو، پرهیز یا ممنوعیت خاصی به همراه ندارد.</p> <p>✓ فعالیت‌های جسمی لازم نیست محدود شود ولی از فعالیت‌هایی که ایجاد ناراحتی تنفسی، خستگی زیاد و درد قفسه سینه می کند خودداری کنید.</p>					
<p><b>❖ مراقبت</b></p> <p>✓ از پوشیدن لباسهای تنگ و محدود کننده که منجر به سایش محل برش می شود اجتناب کنید.</p> <p>✓ استعمال دخانیات را متوقف کنید.</p> <p>✓ بجای سه وعده غذا از پنج وعده غذای سبک استفاده کنید.</p> <p>✓ از افزایش وزن حتماً جلوگیری کنید و با نظر پزشک مسئول سعی در کاهش وزن نمایید.</p> <p>✓ پس از صرف غذا 30-15 دقیقه استراحت کنید و از پرخوری و عجله کردن هنگام غذا خوردن خودداری کنید.</p> <p>✓ برای حداقل ۲ هفته از تماس جنسی خودداری کنید.</p> <p>✓ از حضور در حمام خیلی گرم و خیلی سرد و همچنین قرار گرفتن در هوای سرد یا گرم و راه رفتن در باد خودداری کنید.</p> <p>✓ استفاده از تلفن همراه محدودیت ندارد، قراردادن تلفن در فاصله حداقل ۱۵ سانتی متری و صحبت کردن با گوش سمت مقابل تعبیه پیس میکرو کافیست. هم چنین تلفن همراه را در جیب سمت مقابل تعبیه باطری قرار دهید.</p> <p>✓ در فرودگاه از گیت های فلز یاب عبور نکنید و با ارائه کارت شناسائی خود درخواست کنید که فقط بازرسی بدنی با دست شوید.</p> <p>✓ وسایل خانگی مثل سشوار و مایکروویو، موجب تداخل الکتریکی نمی شود.</p>					
<p><b>❖ دارو</b></p> <p>✓ 4-6 هفته طول می کشد تا بهبودی لازم حاصل شود. در طول این مدت همیشه قرص (TNG زیرزبانی) همراه داشته باشید.</p> <p>✓ سایر داروهای تجویز شده را طبق دستور و تا اتمام کامل مصرف نمایید.</p>					
<p><b>❖ زمان مراجعه بعدی</b></p> <p>✓ ۱۰ الی ۱۴ روز بعد از تعبیه پیس میکرو جهت کشیدن بخیه ها مراجعه کنید.</p> <p>✓ اولین تاریخ معاینه بعد از گذاشتن باطری دائم، ۱ ماه بعد از ترخیص می باشد که باطری شما مجدداً تنظیم می شود.</p> <p>✓ هر ۶ ماه یکبار به پزشک معالج پیس میکرو مراجعه کنید.</p> <p>✓ در صورت بروز علائمی مانند اشکال در تنفس، سرگیجه، دوران سر، ضعف و حالت غش، طولانی شدن خستگی، ابتدا مبادرت به شمارش نبض نموده و متعاقباً بدون فوت وقت مراتب را به پزشک معالج گزارش دهید و یا با مرکز فوریت‌های پزشکی تماس بگیرید.</p> <p>✓ در صورت افزایش و یا کاهش تعداد نبض، تب، تورم، قرمزی و احياناً وجود ترشحات در محل تعبیه پیس میکرو به پزشک معالج مراجعه نمایید.</p>					
<b>توجهات ویژه و زمان مراجعات بعدی:</b>					
نام پزشک معالج		ادرس درمانگاه بیمارستان : کلینیک فجر انقلاب		ادرس مطب:	
نام دارو		مقدار		ساعت مصرف	
ارتباط با غذا		توجهات ویژه			
صبح	قبل از غذا	بعد از غذا	همراه غذا	هنگام خواب	
صبح	قبل از غذا	بعد از غذا	همراه غذا	هنگام خواب	
صبح	قبل از غذا	بعد از غذا	همراه غذا	هنگام خواب	
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	

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