



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

دستورالعمل جامع خود مراقبتی و آموزش بیمار

آموزش بیمار حین بستری و ترخیص

نفرولوژی - دیالیز

واحد آموزش به بیمار

کارشناس واحد آموزش به بیمار: عباداله کاظمی

مدیر خدمات پرستاری: ابراهیم سلیمی

مسئول بخش: سایدا سلطانی / محسن کاویانی / ولی نصیری

رابط آموزش و مسئول آموزش به بیمار بخش: لیلی علی بیگی / نوید زمانی / لیلی اسدی



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

ردیف	موضوع	صفحه	فهرست
1	سندرم نفروتیک	3	
2	عفونت ادراری در بزرگسالان	5	
3	نارسایی حاد کلیه	7	
4	نارسایی مزمن کلیه	10	
5	بررسی بیماران دیالیزی	12	
6	داروهای مصرفی در بیماران دیالیزی	14	
7	دسترسی به عروق همودیالیز (کاتتر)	16	
8	سندرم های رایج حین دیالیز	18	
9	عفونت و پروسی در دیالیز	20	
10	فیستول و گرافت	22	
11	دیالیز صفاقی	25	



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: سندرم نفروتیک 2/1 تاریخ ترخیص:
<p style="text-align: center;">❖ رژیم غذایی</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ مقدار نمک مصرفی محدود شود. ✓ از پزشک برای نوشتن یک برنامه ی غذایی یا ارجاع به یک متخصص تغذیه سوال کنید. ✓ میزان مصرف مایعات باید تقریباً معادل میزان دفع ادرار در 24 ساعت باشد. ✓ غذا خوردن به مقادیر کم و مکرر باید صورت گیرد. ✓ برای کاهش تشنگی از یخ خرد شده، میوه یخ و آبنبات ترش استفاده کنید. ✓ از لیوان های کوچک درجه بندی استفاده کنید. 		
<p style="text-align: center;">❖ فعالیت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در مراحل اولیه این بیماری برای حفظ انرژی بدن در بستر استراحت نمایید. ✓ پس از بهبود علائم، با اجازه پزشک معالج فعالیت های طبیعی خود را از سر بگیرید. ✓ به منظور پیشگیری از لخته شدن خون در سیاهرگ های اندام تحتانی و یا پاها، ساق پا را به طور مکرر خم و راست کنید. 		
<p style="text-align: center;">❖ مراقبت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در طول مدتی که ورم شدید دارید باید در بیمارستان بستری شوید چون تورم محدودیت حرکتی ایجاد می کند. ✓ باید مقدار ادراری که می کنید با مقدار مایعی که می نوشید در تعادل باشد و به طور دقیق ثبت شود. ✓ از دستکاری سرم و رابط ها اجتناب کنید. ✓ از مصرف خودسرانه داروها بدون اجازه پزشک خودداری نمایید. ✓ در صورتی که سرگیجه دارید از تخت خود خارج نشوید. ✓ داروها با تجویز پزشک و توسط پرستار در فواصل مشخص به شما داده می شود. ✓ عملکرد تنفسی بیمار مورد توجه قرار دهید، تغییر وضعیت مکرر و پهلو به پهلو شدن در زمان استراحت در بستر و انجام سرفه و تنفس عمیق از جمع شدن ریه ها و عفونت تنفسی پیشگیری می کند. ✓ در صورت داشتن مشکل تنفسی به پرستار خود اطلاع دهید تا برای شما اکسیژن در صورت نیاز داده شود. ✓ در مراحل اولیه بیماری، مصرف دارو ممکن است بیماری را کنترل نماید. ✓ روزانه وزن شما اندازه گیری می شود. ✓ در زمان استراحت در بستر نرده های کنار تخت بالا نگهداشته می شوند. ✓ از ملاقات کنندگانی که دارای سرماخوردگی یا هر نوع عفونت می باشند؛ دوری کنید. ✓ در صورت مشاهده نشانه های عفونت مانند تب و لرز پرستاران یا پزشک را در جریان قرار دهید. 		

حین بستری ۶



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 بهار، الزامی است آموزش بهار حین بستری و ترخیص، طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

نام بیماری: سندرم نفروتیک 2/2	پزشک یا پزشکان معالج:	نام و نام خانوادگی بیمار:				
<p>❖ رژیم غذایی</p> <p>✓ کودک مبتلا به سندم نفروتیک غالباً بی اشتها بوده که به علت ضعف عمومی و تورم سیستم گوارشی است در نتیجه وادار کردن کودک به مصرف کالری کافی در پیشگیری از سوء تغذیه موثر است.</p> <p>✓ غذا باید کم نمک و کم چرب باشد. از مواد غذایی شور و دارای سدیم بالا مانند چیپس، پفک، سوسیس و کالباس، زیتون، خیار شور، سس ها، رب های آماده، ماهی شورودودی، چوب شور، آب گوشت و سبزیجات آماده استفاده نکنید. ✓ افزایش دریافت پروتئین رژیم غذایی تنها زمانی که میزان دفع پروتئین از ادرار زیاد باشد ضرورت دارد.</p> <p>✓ از یک رژیم غذایی سالم شامل میوه ها، سبزی ها، غلات کامل و غذاهای کم چربی پیروی کنید.</p> <p>✓ در صورت مصرف الکل یا نوشیدنی های کافئین دار، آن را از رژیم غذایی خود حذف نمایید.</p>						
<p>❖ فعالیت</p> <p>✓ فعالیت خود را کاهش دهید. از تحرک بیش از حد اجتناب کرده و خود را زیاد خسته نکنید.</p> <p>✓ خواب شبانه را افزایش داده و در طی روز نیز زمان هایی را برای استراحت در نظر بگیرید.</p> <p>✓ اگر مجبور به استراحت در بستر هستید، به منظور پیشگیری از لخته شدن خون در وریدهای اندام تحتانی، ساق پا را به طور مکرر خم و راست کنید.</p> <p>✓ از اطرافیان خود در فعالیت های روزانه به منظور حفظ انرژی کمک بگیرید.</p> <p>✓ در صورتی که وضعیت کلیه رو به بهبودی است و پزشک اجازه می دهد؛ هر چه سریع تر فعالیت خود را شروع کنید.</p> <p>✓ فعالیت هایی مانند حمام کردن و لباس پوشیدن و قدم زدن به مدت کوتاه را بتدریج شروع کرده و برای جلوگیری از خستگی زیاد در فواصل لازم استراحت کنید.</p> <p>✓ با نظر پزشک برای خود برنامه ورزشی مناسب تنظیم کنید و آن را به طور منظم انجام دهید.</p>						
<p>❖ مراقبت</p> <p>✓ پوست بدن ممکن است خشک بوده و در اثر ورم، مستعد شکنندگی شود، بنابراین مراقبت دقیق از پوست اهمیت دارد. ماساژ برجستگی های استخوانی، تغییر وضعیت مکرر و پهلوی به پهلوی شدن در زمان استراحت در بستر و استحمام با آب سرد، استفاده از کرم ها و مرطوب کننده ها موجب راحتی بیمار را تأمین کرده و از شکنندگی پوست جلوگیری می کند.</p> <p>✓ بهداشت پوست را رعایت فرمایید و از صابون های ملایم در هنگام استحمام استفاده نمایید. تهیه پوشاک نسبتاً گشاد از تحریک پوستی پیشگیری می نماید.</p> <p>✓ به علت رسوب سموم محرک در بافت های بدن، خارش پوست ایجاد می شود. سعی کنید با ناخن پوست را نخارانید.</p> <p>✓ اندازه گیری و ثبت دقیق و روزانه وزن توصیه می شود.</p> <p>✓ مقدار مایعات مصرفی و ادرار دفعی خود را در هر روز اندازه گیری کنند. مقادیر اندازه گیری شده باید ثبت گردد و هنگام مراجعه به پزشک با وی در میان گذاشته شود.</p> <p>✓ تب و عفونت، باید فوراً درمان شوند. ✓ اعضای خانواده را از شرایط خود آگاه کنید، آنها به درمان شما کمک کرده و حمایت روانی شما را تأمین می کنند.</p> <p>✓ داروهای خود را به طور منظم و در ساعت مشخص مصرف نمایید.</p> <p>✓ مواد معدنی و ویتامین های تکمیلی مثل ویتامین D ، کلسیم و آهن بر طبق ضرورت داده می شود.</p> <p>✓ در صورتی که کورتون دریافت می نمایید از حضور وی در مکان های شلوغ و پرجمعیت و تماس با افراد مبتلا به بیماری های عفونی خودداری کنید.</p> <p>✓ از قرار گرفتن پوست در معرض سرما یا گرما جلوگیری کنید. ✓مراقبت در منزل زمانی صورت می گیرد که پروتئین ادرار تا حد قابل قبولی کاهش یافته باشد .</p> <p>✓ به دلیل عود بیماری و وجود عوارض و سیر بهبودی خاص این بیماری، مراقبت های طولانی مدت ضروری است.</p> <p>✓ حمایت والدین در مرحله حاد بیماری به دلیل بروز افسردگی و گوشه گیری در کودک مبتلا لازم و ضروری است.</p> <p>✓ مصرف دقیق دارو و آزمایش دوره ای ادرار از نظر وجود پروتئین و بررسی علائم اولیه لازم است.</p>						
<p>❖ زمان مراجعه بعدی: در صورت مشاهده علائم عود بیماری مانند ورم در اطراف چشم، بی اشتها، خستگی، تحریک پذیری ، تب و ...</p> <p>✓ در تاریخ های تعیین شده توسط پزشک جهت معاینه و آزمایش های دوره ای</p>						
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		

دکتر رضا اسدزاده فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر: سعدی جنوبی - روبروی داروخانه دکتر رشیدی	دکتر بهاره غیائی فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر: روبروی بیمارستان امام خمینی - ساختمان اسیا
---	--



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	پزشک یا پزشکان معالج:	نام بیماری: عفونت ادراری در بزرگسالان 2/1
	نام و نام خانوادگی بیمار:	تاریخ ترخیص:
<p style="text-align: center;">❖ تغذیه</p> <p>✓ روزانه حداقل 6-8 لیوان آب بنوشید.</p> <p>✓ آب میوه تازه حاوی ویتامین ث(C) استفاده نمایید و از نوشیدن نوشیدنی‌های شیرین و آب میوه‌های شیرین پرهیز کنید.</p>		حین بستری ۶
<p style="text-align: center;">❖ فعالیت</p> <p>✓ در صورت داشتن تب و عدم تحمل فعالیت تا سپری شدن دوره حاد بیماری فعالیت خود را محدود کنید.</p>		
<p style="text-align: center;">❖ مراقبت</p> <p>✓ از دستکاری سرم و رابط‌ها اجتناب کنید.</p> <p>✓ دستورات دارویی طبق تجویز پزشک در فواصل مشخص توسط پرستار برای شما اجرا می‌شود.</p> <p>✓ ادرار خود را از نظر رنگ و بو و کدورت کنترل کرده و به پرستار اطلاع دهید.</p> <p>✓ هیچگاه احساس دفع ادرار را نادیده نگیرید و سعی کنید هر بار مثانه را کاملاً خالی کنید.</p> <p>✓ لباس‌های زیر خود را از نوع نخی انتخاب کنید و از جوراب شلواری‌هایی که قسمت بالای آن نخی است استفاده کنید.</p> <p>✓ در صورت داشتن سوند ادراری کیسه ادرار را بالاتر از سطح بدن قرار ندهید زیرا ادرار آلوده وارد مثانه می‌شود و باعث عفونت مثانه می‌شود.</p> <p>✓ کیسه تخلیه ادرار نباید با زمین تماس داشته باشد بهتر است بصورت قلاب‌هایی از لب تخت آویزان باشد.</p> <p>✓ مراقب تا خوردن یا پیچ خوردن و بسته شدن لوله ادراری باشید. ادرار باید به راحتی در لوله جریان داشته باشد.</p>		



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 بهار، الزامی است آموزش بهار حین بستری و ترخیص، طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

نام بیماری: عفونت ادراری در بزرگسالان 2/2		پزشک یا پزشکان معالج:	نام و نام خانوادگی بیمار:			
<p>❖ رژیم غذایی</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در طول روز زیاد مایعات بنوشید و از مصرف نوشیدنی های شیرین و آب میوه های شیرین پرهیز کنید و میزان توصیه شده 8-6 لیوان آب تصفیه شده در روز است. ✓ سعی کنید مصرف آلرژن ها، نگهدارنده ها و افزودنی های غذایی را کاهش دهید. ✓ به جای گوشت قرمز، ماهی و سویا و لوبیا ها را به عنوان منبع پروتئین مصرف کنید. ✓ مواد غذایی حاوی آنتی اکسیدان مثل میوه هایی چون زغال اخته، گیلاس و سبزیجاتی مانند کدو حلوایی و گوجه فرنگی را بیشتر مصرف کنید. ✓ مواد غذایی حاوی فیبر مثل لوبیا، جو، ریشه سبزیجات مثل سیب زمینی و دانه پسیلیوم (دانه گیاه اسفرزه) را بیشتر مصرف کنید. ✓ از مصرف زیاد مواد غذایی تصفیه شده مانند نان سفید، پاستا و به ویژه شکر اجتناب کنید. ✓ روغن های پخت و پز سالم مثل روغن زیتون یا روغن سبزیجات را مصرف نمایید. ✓ مصرف اسیدهای چرب ترانس را در رژیم غذایی خود کاهش دهید یا در صورت امکان آنها را حذف کنید: این نوع اسیدهای چرب معمولاً در مواد غذایی پخته شده در صنایع غذایی مثل کلوچه ها، بیسکویت های خشک نمکی، سیب زمینی سرخ کرده، مواد غذایی فرآوری شده و مارگارین وجود دارند. ✓ از مصرف قهوه و سایر محرک ها مانند الکل و تنباکو، چای غلیظ پرهیز نمایید. (الکل و کافئین با تحریک مثانه احتمال ابتلا به عفونت را افزایش می دهند) ✓ اجتناب از مصرف محرک هایی مثل سرکه و ادویه جات. 						
<p>❖ فعالیت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ پس از بهبود علائم حاد بیماری و افزایش قدرت جسمانی فعالیت های خود را افزایش دهید و در برنامه ریزی روزانه ورزش های ملایم به همراه دوره های استراحت بگنجانید. ✓ حداقل 30 دقیقه و 5 بار در هفته ورزش کنید. 						
<p>❖ مراقبت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ رعایت بهداشت فردی بویژه پس از اجابت مزاج و تعویض مرتب لباس زیر ضروری است. ✓ هیچ گاه ادرار کردن را به تاخیر نیندازید. ✓ همیشه به درستی خودتان را تمیز کنید و از جلو به سمت عقب خود را بشویید تا باکتری ها وارد دستگاه ادراری نشوند. از اسپری ویا عطر زنانه در دستگاه تناسلی استفاده نکنید ✓ از پوشیدن لباسهای تنگ و شورت های نایلونی برای مدت طولانی خودداری کنید. ✓ پیش از مقاربت جنسی و بعد از آن ادرار کنید و دستگاه تناسلی را با آب و صابون ملایم بشوئید. ✓ از فرآورده های بهداشتی مخصوص دستگاه تناسلی (اسپری یا پودر) و صابون های قوی خودداری کنید ✓ عدم استفاده از وان هنگام استحمام کردن. ✓ در زمان مشخص شده توسط پزشک اگر نیاز باشد بعد از درمان باید آزمایش ادرار را تکرار کنید تا مشخص شود که عفونت برطرف شده است. انجام کشت های مکرر ادرار با فواصل معین در تمام دوره بارداری امری الزامی است تا از عدم بازگشت عفونت اطمینان حاصل شود. ✓ در شرایط خاصی که شما با لوله و یا سوند ادراری مرخص میشوید. لطفاً قبل و پس از دست زدن به لوله ادراری و کیسه تخلیه دستها را بشوئید. ✓ برای جلوگیری از آلودگی لوله ادراری را از کیسه تخلیه جدا نکنید. ✓ ادرار درون کیسه تخلیه را حداقل هر 8 ساعت یکبار و یا در صورت زیاد بودن حجم ادرار با فواصل کمتر تخلیه کنید. ✓ از دست کاری لوله و کیسه تخلیه خودداری کنید. ✓ لازم به ذکر است که تعویض یا در آوردن لوله ادراری باید توسط افراد با تجربه انجام شود تا از صدمه رسیدن به مجرای ادراری بیمار جلوگیری شود 						
<p>دارو در صورت تجویز آنتی بیوتیک به مدت کافی دوره درمان را کامل کنید. (بسیاری از آنتی بیوتیک ها را میتوان با اطمینان در دوران بارداری مصرف کرد تا تأیید و نظر پزشک)</p>						
<p>زمان مراجعه بعدی: مراقب علائم اولیه عفونت ها باشید. و در صورت وجود خون در ادرار، ادرار کدر، تب و لرز و وجود خون و ترشحات چرکی در ادرار به پزشک مراجعه نمایید.</p>						
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
<p>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</p>						
نام و نام خانوادگی بیمار یا همراه وی امضاء		مهر و امضاء پرستار		مهر و امضاء پزشک		
دکتر رضا اسدزاده فوق تخصص نفلولوژی ادرس مطب صبح: کلینیک فجر انقلاب عصر: سعدی جنوبی - روبروی داروخانه دکتر رشیدی		دکتر بهاره غیائی فوق تخصص نفلولوژی ادرس مطب صبح: کلینیک فجر انقلاب عصر: روبروی بیمارستان امام خمینی - ساختمان اسبیا				



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 بیماری: نارسایی حاد کلیه 3/1
	نام و نام خانوادگی بیمار:	تاریخ ترخیص:
<p style="text-align: center;">❖ رژیم غذایی</p> <p>✓ عدم مصرف رژیم غذایی حاوی پروتئین که منبع اصلی تولید مواد زاید در بدن می باشد برای کاهش بار کاری کلیه ها بخشی از درمان می باشد.</p> <p>✓ مقدار نمک مصرفی محدود شود.</p> <p>✓ امکان دارد که به محدودیت پتاسیم نیاز داشته باشید، چون دفع پتاسیم اضافی از بدن برای کلیه ها مشکل است. مقدار زیاد پتاسیم می تواند موجب ایجاد مشکلاتی در ضربان قلبی شود. از خوردن سبزی و میوه حاوی مقدار زیاد پتاسیم مانند موز و سیب زمینی اجتناب کنید.</p>		حین بستری ۲
<p style="text-align: center;">❖ فعالیت</p> <p>✓ در مراحل اولیه این بیماری برای حفظ انرژی بدن در بستر استراحت نمایید و پس از بهبود علایم، با اجازه پزشک معالج فعالیت های طبیعی خود را از سر بگیرید.</p> <p>✓ به منظور پیشگیری از لخته شدن خون در سیاهرگ های اندام تحتانی، ساق پا را به طور مکرر خم و راست کنید.</p>		
<p style="text-align: center;">❖ درمان</p> <p>✓ بستری فوری بیمار در بیمارستان جهت اصلاح وضعیت آب و الکترولیت های بدن انجام می گیرد.</p> <p>✓ مهم ترین اقدام برای درمان بیماری، برطرف کردن عامل بیماری یا علت زمینه ساز نارسایی کلیه مانند دیابت و فشارخون است تا باقیمانده بافت سالم کلیه حفظ شود و کلیه ها بتوانند کار خود را بخوبی انجام دهند. در مواردی که علت زمینه ای با جراحی قابل اصلاح باشد مانند خارج کردن سنگ کلیه، جراحی توصیه می شود.</p> <p>✓ در مراحل اولیه نارسایی کلیه، مصرف دارو ممکن است بیماری را کنترل نماید.</p> <p>✓ گاهی کلیه ها عملکرد خود را شروع نمی کنند و ممکن است نیاز به دیالیز داشته باشید. دیالیز محصولات زائد و آب اضافی را از خون حذف می کند. البته مشاهده شده بعد از چندین هفته دیالیز، کلیه ها کار خود را شروع می کنند؛ در این حالت دیالیز متوقف می شود.</p>		



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: نارسایی حاد کلیه 3/2	پزشک یا پزشکان معالج:	نام و نام خانوادگی بیمار:						
<p>❖ مراقبت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ غذاها و مایعات دریافتی باید با دقت کنترل شوند تا از بروز اختلالات آب و الکترولیت جلوگیری شده و تجمع مواد زاید در بدن به حداقل برسد. ✓ باید مقدار ادراری که دفع می شود با مقدار مایعی که می نوشید در تعادل باشد و به طور دقیق ثبت شود. ✓ روزانه وزن شما اندازه گیری می شود. ✓ آگاهی شما نسبت به زمان، مکان و شخص به صورت مداوم مورد بررسی قرار می گیرد. ✓ در زمان استراحت در بستر نرده های کنار تخت بالا نگهداشته می شوند. ✓ در صورت ایجاد علائم خونریزی در هر نقطه از بدن به پرستاران یا پزشک معالج اطلاع دهید. ✓ از ملاقات کنندگانی که دارای سرماخوردگی یا هر نوع عفونت می باشند؛ دوری کنید. ✓ در صورت مشاهده نشانه های عفونت مانند تب و لرز پرستاران یا پزشک را در جریان قرار دهید 								
			<p>❖ رژیم غذایی</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ بر اساس توصیه های پزشک خود در رژیم غذایی تغییراتی ایجاد کنید. ✓ از پزشک برای نوشتن یک برنامه ی غذایی یا ارجاع به یک متخصص تغذیه سوال کنید. ✓ برای تعادل مایعات روزانه از دستورات پزشک پیروی کنید. ✓ از یک رژیم غذایی کم نمک، کم پتاسیم، کم پروتئین و پرفیبر استفاده کنید. ✓ رژیم غذایی را به صورت وعده های غذایی پرکالری، کم حجم و متعدد برنامه ریزی کنید. ✓ از مواد غذایی شور و دارای سدیم بالا مانند چیپس، پفک، سوسیس و کالباس، زیتون، خیار شور، سس ها، رب های آماده، ماهی شورودودی، چوب شور، آب گوشت و سبزیجات آماده استفاده نکنید. ✓ مصرف سیب زمینی، رب، نخود فرنگی، انواع کلم و گل کلم، اسفناج، کدو حلوایی، کرفس پخته، سیروموسیر، موز، خردل، پرتقال، آلو، خرما، آجیل و خشکبار، انبه، کیوی، شلیل، گرمک و خربزه، گللابی تازه، انجیر و روغن زیتون محدود شوند. ✓ نوشابه ها، لبنیات (شیرحد اکثر نصف لیوان در روز)، ماست، پنیر(حد اکثر 30 گرم در روز)، کشک، کاکائو و قهوه، ماهی (سفید، ساردین، تن)، احشاء بدن حیوانات، حبوبات، نان های کامل و سبوس دار، محدود شوند. 					
						<p>❖ فعالیت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ فعالیت خود را کاهش دهید. از تحرک بیش از حد اجتناب کرده و خود را زیاد خسته نکنید. ✓ خواب شبانه را افزایش داده و در طی روز نیز زمان هایی را برای استراحت در نظر بگیرید. ✓ اگر مجبور به استراحت در بستر هستید، به منظور پیشگیری از لخته شدن خون در وریدهای اندام تحتانی، ساق پا را به طور مکرر خم و راست کنید. ✓ از اطرافیان خود در فعالیت های روزانه به منظور حفظ انرژی کمک بگیرید. ✓ در صورتی که وضعیت کلیه رو به بهبودی است و پزشک اجازه می دهد؛ هر چه سریع تر فعالیت خود را شروع کنید. ✓ فعالیت هایی مانند حمام کردن و لباس پوشیدن و قدم زدن به مدت کوتاه را بتدریج شروع کرده و برای جلوگیری از خستگی زیاد در فواصل لازم استراحت کنید. ✓ با نظر پزشک برای خود برنامه ورزشی مناسب تنظیم کنید و آن را به طور منظم انجام دهید. 		



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: نارسایی حاد کلیه 3/3		پزشک یا پزشکان معالج:	نام و نام خانوادگی بیمار:		
<p>اندازه گیری و ثبت دقیق و روزانه وزن توصیه می شود. ✓ مقدار مایعات مصرفی و ادرار دفعی خود را در هر روز اندازه گیری کنید. مقادیر اندازه گیری شده باید ثبت گردد و هنگام مراجعه به پزشک با وی در میان گذاشته شود. مقدار ادرار دفعی روزانه باید 2500 میلی لیتر یا بیشتر باشد. اگر مقدار ادرار روزانه کمتر از این میزان باشد، باید مقدار مایعات مصرفی روزانه را تا میزان حداکثر 800 میلی لیتر بیش از مقدار ادرار روزانه کاهش دهد. به عنوان مثال، اگر مقدار ادرار در 24 ساعت، 2000 میلی لیتر باشد، مقدار مایعات مصرفی در 24 ساعت آینده نباید بیش از 2800 میلی لیتر باشد. ✓ برای کاهش تشنگی از یخ خرد شده، میوه یخ و آبناات ترش استفاده کنید. ✓ از لیوان های کوچک مدرج استفاده کنید. ✓ در مورد مسافرت های هوایی با پزشک معالج خود مشورت کنید. ✓ در صورت امکان از گذاشتن سوند ادراری اجتناب شود زیرا خطر عفونت ادراری را افزایش می دهد. ✓ عملکرد تنفسی بیمار مورد توجه قرار گیرد، تغییر وضعیت مکرر و پهلو به پهلو شدن در زمان استراحت در بستر و انجام سرفه و تنفس عمیق از جمع شدن ریه ها و عفونت تنفسی پیشگیری می کند. ✓ تب و عفونت، باید فوراً درمان شوند. ✓ اعضای خانواده را از شرایط خود آگاه کنید، آنها به درمان شما کمک کرده و حمایت روانی شما را تامین می کنند. ✓ در صورتی که جهت انجام دیالیز برای شما فیستول یا گرافت یا کاتتر تعبیه شده است می توانید راهنمای مراقبت از آن ها را از پرستار بخش دریافت و مطالعه فرمایید. ✓ از مصرف خودسرانه دارو و بدون تجویز پزشک خودداری کنید. ✓</p>					
❖ دارو					
<p>داروهای ادرار آور (دیورتیک) برای کاهش احتباس مایعات ✓ داروهای ملین برای جلوگیری از یبوست ✓ ✓ مکمل های آهن و اسید فولیک جهت کم خونی ✓ ✓ دیژیتال برای نارسایی احتقانی قلب ✓</p>					
❖ زمان مراجعه بعدی					
<p>در صورتی که مبتلا به بیماری هایی باشید که خطر نارسایی مزمن کلیوی را افزایش می دهد. ✓ در صورت وجود هر نوع علامت یا نشانه ای از بیماری به پزشک مراجعه نمایید. ✓ ✓ کوتاهی نفس ✓ تب، لرز، سردرد، یا درد عضلانی ✓ خونریزی غیرمنتظره از هر جای بدن ✓</p>					
توجهات ویژه و زمان مراجعات بعدی:					
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	

دکتر رضا اسدزاده فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح: کلینیک فجر انقلاب عصر: سعدی جنوبی - روبروی داروخانه دکتر رشیدی	دکتر بهاره غیائی فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح: کلینیک فجر انقلاب عصر: روبروی بیمارستان امام خمینی - ساختمان اسیا
--	---



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 بیماری: نارسایی مزمن کلیه 2/1
	نام و نام خانوادگی بیمار:	تاریخ ترخیص:
<p style="text-align: center;">❖ رژیم غذایی</p> <p>✓ اقدام تغذیه‌ای با تنظیم دقیق دریافت پروتئین، دریافت مایعات متناسب با از دست دادن مایع و دریافت سدیم و محدودیت مصرف پتاسیم ضروری است.</p> <p>✓ از مکمل های ویتامین استفاده شود.</p> <p>✓ کالری با مصرف کربوهیدرات ها و چربی ها تامین می‌شود.</p> <p>✓ مصرف نمک در این شرایط باید محدود شود.</p> <p>✓ غذاهای کم پروتئین و کم چرب مورد استفاده قرار گیرد.</p> <p>✓ محدودیت غذاهای حاوی فسفر بالا توصیه شود.</p> <p>✓ محدودیت مواد غذایی حاوی پتاسیم بالا توصیه می‌شود؛ نظیر موز و سیب‌زمینی.</p> <p>✓ غذای مصرفی باید بیشتر گیاهی باشد و مصرف پروتئین محدود شود.</p>		
<p style="text-align: center;">❖ درمان</p> <p>✓ اگر نارسایی کلیه مزمن باشد، با مصرف دارو از بین نمی‌رود. داروهای نگهدارنده کمک می‌کند بیمار به زندگی ادامه دهد، اما نارسایی باقی خواهد ماند.</p> <p>✓ درمان‌های جایگزین کلیه شامل:</p> <p>1. انجام همودیالیز</p> <p>2. پیوند کلیه: برای انجام پیوند باید گیرنده‌ای از بستگان یا اهداکنندگان یا فردی که دچار مرگ مغزی شده، وجود داشته باشد که با کلیه بیمار سازگار باشد.</p> <p>✓ شناسایی و درمان علایم و عوارض نارسایی مزمن کلیه که شامل درمان خارش پوست، کم‌خونی، اختلالات کلسیم و فسفر و بررسی و درمان اختلالات قلبی- عروقی توصیه می‌شود.</p> <p>✓ کنترل مناسب فشار خون برای کاهش سرعت پیشرفت بیماری کلیوی مزمن ضروری است.</p>		
<p style="text-align: center;">❖ مراقبت</p> <p>✓ ایجاد آمادگی از نظر روحی برای مرحله انتهایی نارسایی مزمن کلیه و آشنایی با اقدامات جایگزینی مانند دیالیز یا پیوند</p> <p>✓ ثبت دقیق میزان دریافت و دفع مایعات بیماران</p> <p>✓ تزریق روزانه بیمار مبتلا به ادم و تحت درمان دیورتیک توصیه می‌شود.</p> <p>✓ روزانه وزن شما اندازه‌گیری می‌شود.</p> <p>✓ آگاهی بیمار نسبت به زمان، مکان و شخص به صورت مداوم مورد بررسی قرار گیرد.</p> <p>✓ در زمان استراحت در بستر نرده های کنار تخت بالا نگه داشته شوند.</p>		
<p style="text-align: center;">❖ رژیم غذایی آموزش حین ترخیص</p> <p>✓ از پزشک برای نوشتن یک برنامه ی غذایی یا ارجاع به یک متخصص تغذیه سوال کنید.</p> <p>✓ بیماران از مصرف محصولات با نمک افزوده اجتناب کنند: مقدار سدیم دریافتی روزانه خود را با اجتناب از مصرف محصولات با نمک افزوده کاهش دهند، محصولاتی از جمله غذاهای آماده، غذاهای منجمد، سوپ های کنسروی و فست فودها، دیگر مواد غذایی حاوی نمک افزوده شامل اسنک های نمکی، سبزیجات کنسروی و گوشت ها و پنیرهای فرایند شده می‌باشد.</p> <p>✓ مواد غذایی پتاسیم پایین را توصیه نمایید: مواد غذایی با پتاسیم بالا عبارتند از موز، پرتقال، سیب زمینی، اسفناج و گوجه فرنگی. مثال‌هایی از مواد غذایی کم پتاسیم عبارت است از سیب ، کلم، لوبیاسبز، انگور و توت فرنگی.</p> <p>✓ مقدار دریافتی پروتئین بیماران کاهش داده شود: مواد غذایی پروتئین شامل گوشت، تخم مرغ، شیر، پنیر و حبوبات می‌باشد. مواد غذایی با محتوای کم پروتئین عبارتند از سبزیجات، میوه ها، بیشتر نان ها و غلات صبحانه. برخی نان ها و غلات صبحانه حاوی ترکیباتی هستند که آنها را غنی از پروتئین می‌سازند بنابراین قبل از مصرف همیشه برچسب های غذایی را چک کنید</p>		

حین بستری
۶



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 بهار، الزامی است آموزش بهار حین بستری و ترخیص، طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

نام بیماری: نارسایی مزمن کلیه 2/2	پزشک یا پزشکان معالج:	نام و نام خانوادگی بیمار:				
<p>فعالیت در بیشتر روزهای هفته فعالیت بدنی داشته باشند: با کسب اجازه از پزشک خود، حداقل 30 دقیقه در اغلب روزهای هفته فعالیت بدنی داشته باشید.</p> <p>مراقبت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ برای درمان نارسایی کلیه ی خود به طور دقیق دستورات پزشک را رعایت کنید. ✓ پوست بدن ممکن است خشک بوده و در اثر ورم، مستعد شکنندگی شود، بنابراین مراقبت دقیق از پوست اهمیت دارد. ماساژ برجستگی های استخوانی، تغییر وضعیت مکرر و پهلوی به پهلوی شدن در زمان استراحت در بستر و استحمام با آب سرد، استفاده از کرم ها و مرطوب کننده ها موجب راحتی بیمار را تامین کرده و از شکنندگی پوست جلوگیری می کند. ✓ بهداشت پوست را رعایت فرمایید و از صابون های ملایم در هنگام استحمام استفاده نمایید. ✓ به علت رسوب سموم محرک در بافت های بدن، خارش پوست ایجاد می شود. سعی کنید با ناخن پوست را نخاراندید. ✓ اندازه گیری و ثبت دقیق و روزانه وزن توصیه می شود. ✓ مقدار مایعات مصرفی و ادرار دفعی خود را در هر روز اندازه گیری کنند. مقادیر اندازه گیری شده باید ثبت گردد و هنگام مراجعه به پزشک با وی در میان گذاشته شود. ✓ برای کاهش تشنگی از یخ خرد شده، میوه یخ و آبنبات ترش استفاده کنید. ✓ از لیوان های کوچک درجه بندی استفاده کنید. ✓ در مورد مسافرت های هوایی با پزشک معالج خود مشورت کنید. ✓ در صورت امکان از گذاشتن سوند ادراری اجتناب شود زیرا خطر عفونت ادراری را افزایش می دهد. ✓ اعضای خانواده را از شرایط خود آگاه کنید، آنها به درمان شما کمک کرده و حمایت روانی شما را تامین می کنند. ✓ در صورتی که جهت انجام دیالیز برای شما فیستول یا گرافت یا کاتتر تعبیه شده است می توانید راهنمای مراقبت از آن ها را از پرستار بخش دریافت و مطالعه فرمایید. ✓ از مصرف خودسرانه دارو و بدون تجویز پزشک خودداری کنید. ✓ جهت جلوگیری از پیشرفت نارسایی مزمن کلیه اقدامات زیر را انجام دهید: کنترل دقیق فشار خون، کنترل دقیق قند خون، کنترل مناسب چربی های خون، پرهیز از مواد مضر برای کلیه ها، قطع سیگار ✓ تشخیص نارسایی مزمن کلیه برای شما می تواند آزار دهنده باشد. برای فایق آمدن بر احساس و نگرانی های خود راهکارهای زیر را پیاده کنید: <ul style="list-style-type: none"> • با دیگر افراد مبتلا به بیماری کلیوی ارتباط برقرار کنید: آن ها احساس شما را درک می کنند و می توانند در این زمینه به شما کمک کنند. از پزشک خود در مورد گروه های حمایتی محل زندگی خود سوال کنید و یا با موسسات مانند انجمن بیماری های کلیوی تماس بگیرید. • سعی کنید جریان عادی و طبیعی زندگی خود را حفظ کنید: به کارهایی که از انجام آن لذت می برید بپردازید و به فعالیت های خود ادامه دهید، البته چنانچه شرایط پزشکی اجازه می دهد. انجام این کارها به فایق آمدن بر احساس احتمالی ناراحتی یا شکست پس از تشخیص کمک خواهند کرد. • با فرد مورد اعتماد خود صحبت کنید: زندگی با نارسایی مزمن کلیه می تواند پراسترس باشد و صحبت کردن در مورد احساس خود با فردی که مورد اعتماد شماست تا حد زیادی کمک کننده خواهد بود. مطمئناً دوست یا فامیلی دارید که شنونده خوبی است. • از پزشک خود برای ارجاع به یک مددکار اجتماعی یا یک مشاور کمک بخواهید. • در فعالیت های اجتماعی، مذهبی و تفریحی بر اساس علاقه خود شرکت نمایید. 						
<p>زمان مراجعه بعدی</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در صورت وجود هر نوع علامت یا نشانه ای از این بیماری به پزشک مراجعه نمایید. ✓ چنانچه شما مبتلا به شرایطی باشید که خطر نارسایی مزمن کلیوی را افزایش می دهد مانند دیابت و فشار خون و ... پزشک با نظارت بر فشار خون و عملکرد کلیوی همراه با آزمایش های خون و ادرار در طول جلسات منظم ویزیت، وضعیت شما را بررسی می کند. از پزشک خود بپرسید آیا انجام این نوع آزمایش ها برای شما نیز ضرورت دارد یا خیر؟ 						
نام دارو	مقدار	ساعت مصرف	ارتباط با غذا			توجهات ویژه
			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 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 رضا اسدزاده فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح: کلینیک فجر انقلاب عصر: سعدی جنوبی - روبروی داروخانه دکتر رشیدی	دکتر بهاره غیائی فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح: کلینیک فجر انقلاب عصر: روبروی بیمارستان امام خمینی - ساختمان اسبیا
--	--



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 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	پزشک یا پزشکان معالج: نام و نام خانوادگی بیمار:	نام بیماری: بررسی بیماران دیالیزی 2/1 تاریخ ترخیص:
<p>❖ اقدامات لازم جهت کاهش عوارض دیالیز بیماران دیالیزی می‌توانند با رعایت برخی اصول عوارض فوق را کمی کاهش دهند. این بیماران می‌توانند با مراجعه به پزشک، هر چند وقت یک بار همه اندام‌های داخلی بدن از قبیل قلب، دستگاه گوارش، استخوان و ... را بررسی نمایند تا در صورت بروز هرگونه اختلال در اندام‌ها و دستگاه‌های بدن از پیشرفت آن جلوگیری نمایند.</p>		
<p>❖ فعالیت در بیمار دیالیزی تمرینات ورزشی مستمر و مداوم نه تنها در بهبود توانایی جسمانی مفید هستند بلکه برای بهبود فشار خون بالا، افسردگی، سوخت و ساز قندها و چربی‌ها نیز موثر هستند. توصیه می‌شود برنامه ورزشی زیر انجام شود: ✓ پیاده روی یا استفاده از دوچرخه ثابت 3-5 بار در هفته ✓ شروع ورزش با حرکات نرمشی سبک و ایجاد وقفه‌های کوتاه مدت به منظور استراحت در طول ورزش ✓ افزایش مدت زمان ورزش به تدریج و رساندن آن به 30 دقیقه ورزش به صورت مداوم ✓ خودداری از انجام حرکات ورزشی سنگین و مشورت با پزشک مربوطه درخصوص آن ✓ ورزش کردن در اول صبح</p>		
<p>❖ رژیم غذایی و تغذیه ✓ در صورتی که دو بار در هفته دیالیز می‌شوید توصیه می‌شود دریافت میزان پروتئین مصرفی خود را نیم تا 1 گرم به ازای هر کیلوگرم وزن بدن خود افزایش دهید و در صورتی که سه بار در هفته دیالیز می‌شوید تقریباً محدودیتی برای این میزان وجود نخواهد داشت. ✓ از پروتئین‌هایی که کیفیت بالا دارند مانند پروتئین‌های حیوانی استفاده کنید. ✓ از مصرف پروتئین‌های گیاهی تا حد امکان خودداری کنید. ✓ از یک رژیم غذایی پر کالری، غنی از چربی و کربوهیدرات‌ها برای جلوگیری از لاغری عضلات پیروی کنید. ✓ روزانه 400-700 میلی لیتر بیشتر از حجم ادرار خود، باید مایعات مصرف کنید. ✓ از مصرف مواد غذایی مانند نخود، سوسیس، خیارشور، سوپ‌های کنسرو شده، ماهی دودی، نمک خودداری کنید. ✓ غذاهای حاوی فسفر را محدود کنید. از مصرف شیر و ماست بیش از نصف لیوان در روز خودداری کنید. همچنین از مصرف انواع گوشت، حبوبات، پنیر و ... خودداری کنید. ✓ در صورت عدم محدودیت به منظور افزایش اشتها، قبل از غذا ورزش‌های سبک انجام دهید.</p>		
<p>❖ چگونگی مراقبت از فیستول و گرافت ✓ دست‌های دارای فیستول و گرافت را به طور مداوم بی حرکت نگه دارید. ✓ ورزش‌هایی که موجب برجسته و پرخون شدن فیستول می‌گردند، مانند: باز و بسته کردن دست با کمک خمیر یا توپ قابل ارتجاع را حتماً با مشورت پزشک انجام دهید. ✓ برش جراحی و محل فیستول و گرافت را تمیز و خشک نگهدارید. ✓ تا چند روز پس از عمل اندام مربوطه را بالا نگه دارید. ✓ تا 10-14 روز پس از جراحی از بلند کردن اجسام سنگین و انداختن کیف سنگین بر روی دوش خودداری کنید. ✓ از کنترل فشار خون، خونگیری و تزریق در اندام فیستول دار و گرافت دار اجتناب نمایید. اجازه ندهید که از دست شما خونگیری یا دارویی در عروق دست شما تزریق کنند. ✓ روی دستی که فیستول یا گرافت نصب شده است نخوابید. ✓ از بستن دستبند و ساعت و پوشیدن لباس تنگ خودداری کنید. ✓ جهت اطمینان از باز بودن فیستول با قرار دادن انگشتان خود روی آن، عبور خون را کنترل کنید. ✓ اگر در محل فیستول یا گرافت، زخم، تورم، قرمزی یا گرمی مشاهده شد به پرسنل دیالیز اطلاع دهید. این علائم می‌تواند نشانگر عفونت باشد. ✓ تا زمان التیام زخم جراحی فیستول می‌توانید دوش بگیرید ولی داخل وان و استخر نمی‌توانید بروید. ✓ موقع دوش گرفتن روی فیستول و گرافت را بپوشانید. از پرسنل دیالیز در مورد روش تهیه این پوشش‌ها سوال کنید. ✓ محل فیستول یا گرافت را نخاراندید. ناخن‌های شما می‌تواند منبع عفونت باشد.</p>		

حین بستری
۱



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 بهار، الزامی است آموزش بهار حین بستری و ترخیص، طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

نام بیماری: بررسی بیماران دیالیزی 2/2	پزشک یا پزشکان معالج:	نام و نام خانوادگی بیمار:				
<p>❖ پیشگیری از خونریزی</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ به دلیل دریافت هپارین حین دیالیز توصیه می شود برای نظافت دندانها از مسواک نرم استفاده کنید. ✓ برای تراشیدن موهای زائد بدن از ریش تراش برقی استفاده کنید. ✓ از وارد کردن هرگونه صدمه به پوست اجتناب کنید ✓ از مصرف آسپرین خودداری کنید. ✓ در صورت بروز خونریزی از ناحیه دسترسی به عروق، ناحیه را با یک گاز استریل فشار داده و در صورت ادامه خونریزی فوراً به واحد دیالیز یا اورژانس بیمارستان مراجعه کنید 						
<p>❖ کاهش آسیب پوست در اثر خارش</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ خارش پوست بیماران دیالیزی به دلیل افزایش سموم خون در زیر پوست ایجاد می شود لذا توصیه می شود: ناخن ها را کوتاه کنید. ✓ از به کار بردن اجسام زبر برای خاراندن پوست اجتناب کنید. ✓ برای کاهش خشکی پوست و خارش آن از به کارگیری صابون های معطر و حمام کردن زیاد خودداری کنید. ✓ از صابون های مرطوب کننده جهت شستشوی پوست و همچنین از کرم ها و لوسیون ها جهت نرم و مرطوب کردن پوست استفاده کنید. ✓ از قرار گرفتن در محیط های با درجه حرارت بالا خودداری کنید. 						
<p>❖ رعایت بهداشت دهان و دندان</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ توصیه می شود بعد از مصرف مواد غذایی دندان های خود را مسواک بزنید. ✓ دهان خود را با محلول سرکه رقیق شستشو دهید. این کار به کاهش بوی آمونیاک دهان و رفع حالت بی اشتها و تهوع و استفراغ کمک می کند. ✓ جهت مرطوب نگه داشتن لبها توصیه می شود از قطعات یخ و یا پماد نرم کننده استفاده کنید. 						
<p>❖ پیشگیری از بی خوابی</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ برای رفع بی خوابی از اقدامات زیر پیروی کنید. ✓ حمام با آب ولرم ✓ مصرف نوشیدنی های گرم ✓ انجام فعالیت های سبک مانند پیاده روی یا قدم زدن در یک پارک یک یا دو ساعت قبل از خواب ✓ ماساژ پشت و اندامها 						
<p>❖ مراقبت از عفونت</p> <p>بیماران دیالیزی به علت اختلالاتی که در سیستم ایمنی آنها وجود دارد بیشتر از افراد معمول جامعه در معرض عفونت هستند، عفونت در این افراد می تواند بدون علامت یا همراه با علائمی مانند: قرمزی و ترشح در محل رگ گیری و تب و لرز باشد.</p> <p>جهت به حداقل رساندن میزان عفونت به توصیه های زیر عمل نمایید:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در حین رگ گیری در کار پرستار خود دخالت نکنید. ✓ قبل شروع دیالیز حتماً محل فیستول یا گرافت خود را با آب و صابون تمییز بشویید. ✓ از خاراندن محل فیستول و تراشیدن موهای آن ناحیه پرهیز کنید. ✓ واکسن هپاتیت B را طبق دستورالعمل تزریق نمایید. ✓ سرفه های طولانی و شبانه، خلط خونی، تعریق شبانه و کاهش وزن زیاد در طول ماه را حتماً گزارش دهید. ✓ از دست زدن به فیستول و گرافت خودداری کنید. ✓ از تعویض پانسمان توسط افراد ناوارد پرهیز کنید. ✓ در هنگام تعویض پانسمان توسط پرستار، حتماً ماسک بزنید. ✓ هرگونه سوزش و تکرر ادرار را به پزشک خود اطلاع دهید. 						
نام دارو	مقدار	ساعت مصرف	ارتباط با غذا		توجهات ویژه	
			صبح	قبل از غذا	همراه غذا	هنگام خواب
			صبح	قبل از غذا	بعد از غذا	هنگام خواب
			صبح	قبل از غذا	بعد از 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		

دکتر بهاره غیانی فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب
عصر: روبروی بیمارستان امام خمینی - ساختمان اسبا

دکتر رضا اسدزاده فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب
عصر: سعدی جنوبی - روبروی داروخانه دکتر رشیدی



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 بهار، الزامی است آموزش بهار حین بستری و ترخیص، طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

پزشک یا پزشکان معالج:	نام بیماری: داروهای مصرفی در بیماران دیالیزی 2/1
نام و نام خانوادگی بیمار:	تاریخ ترخیص:
جهت دریافت جواب در تاریخ / به واحد مراجعه فرمایید	
<p style="text-align: center;">❖ اپرکس یا اریتروپویتین</p> <p>نگهداری و مراقبت خاص از این دارو توسط استفاده کنندگان الزامیست. موارد زیر را بخاطر بسپارید:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ مواردی چون تغییر شدید دما، مجاورت طولانی بانور و تکان‌های شدید ویال و سرنگ محتوی دارو مواردی بر عملکرد دارو اثر می‌گذرانند. ✓ پس از خرید دارو از قرار دادن آن در مجاورت نور خورشید مقابل پنجره، شیشه اتومبیل یا هر منبع گرمایی دیگر خوداری نمایید زیرا دمای این دارو ممکن است به سرعت بالا رود. ✓ از حمل دارو در اتومبیلی که دمای داخل آن بیش از 25 درجه سانتی گراد باشد خودداری نمایید. ✓ از تکان دادن شدید آمپول یا شیشه دارو حتی هنگامی که دارو در جعبه خود قرار دارد، جدا خوداری نمایید. ✓ سریعاً دارو را در یخچال با دمای 2-8 درجه سانتی گراد قرار دهید. ✓ از قرار دادن دارو در فریزر جدا خوداری نمایید. ✓ تازمانی که از دارو استفاده نکرده اید آن را در یخچال درون جعبه مقوایی خود نگه دارید. ✓ جهت تاثیر بهتر دارو، قرص ب کمپلکس و اسید فولیک را روزانه مصرف نمایید. ✓ در نظر داشته باشید که یکی از عوارض مهم داروی اریتروپویتین افزایش فشار خون است لذا مراقب فشار خون خود باشید و مرتب فشار خون خود را کنترل کنید. ✓ با درمان کم خونی و بهتر شدن اشتهای مراقب افزایش وزن و افزایش سمومی: مانند اوره و پتاسیم باشید. ✓ ممکن است در حین درمان با اریتروپویتین نیاز به هپارین بیشتری ضمن دیالیز داشته باشید لذا فیستول خود را کنترل نمایید و هرگونه تغییر را گزارش کنید. ✓ پیش از برداشتن دارو از یخچال دست‌ها را به خوبی با آب و صابون شسته و با حوله تمیز خشک کنید. ✓ بعد از خارج کردن دارو از یخچال مطمئن شوید که تاریخ مصرف آن نگذشته باشد. ✓ صبر کنید تا دمای دارو با دمای اتاق یکسان شود در این مدت دارو باید دور از هر نوع منبع نوری یا گرما باشد. این فرآیند هم دما شدن حدود 15-30 دقیقه طول خواهد کشید. ✓ دارو نباید بیش از 60 دقیقه در دمای اتاق نگه داشته شود. ✓ از گرم کردن دارو با استفاده از مالش شدید در میان کف دو دست، مایکروویو، فر معمولی و آب گرم خودداری نمایید. ✓ در نظر داشته باشید که دارو معمولاً باید شفاف و بدون رنگ باشد. ✓ در صورت مشاهده کدورت، رنگی شدن، ذرات معلق یا کف در دارو از مصرف آن اجتناب کنید. ✓ در صورت خراب شدن دارو در اثر خاموش شدن یخچال به علت قطع برق یا خرابی و یخ زدن یا گرم شدن دارو در حرارت بیش از 25 درجه سانتی گراد از مصرف آن خودداری کنید. 	
<p style="text-align: center;">❖ کربنات کلسیم</p> <p>موارد زیر را در زمان استفاده از این دارو بخاطر بسپارید:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در صورت بروز علائم بی اشتهایی، تهوع، یبوست، دل درد، خشکی دهان یا احساس تشنگی با پزشک مشورت نمایید. ✓ دارو را در دمای 15-30 درجه سانتی گراد و در پوشش بسته بندی شده خودش نگهداری کنید. ✓ این قرص را در ابتدا و یا بین غذا مصرف کنید. 	
<p style="text-align: center;">❖ ویتامین دی (D)</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ به صورت دوره ای و با نظر پزشک آزمایش کلسیم و فسفر خون را انجام دهید. ۱/ دارو را دور از نور و حرارت نگهداری کنید 	



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: داروهای مصرفی در بیماران دیالیزی 2/2		پزشک یا پزشکان معالج:		نام و نام خانوادگی بیمار:		
<p>❖ ونوفر</p> <p>موارد زیر را در زمان استفاده از این دارو بخاطر بسپارید:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ ونوفر و آمپول ویتامین ث (C) با توجه به نیاز هر بیمار توسط پزشک حین دیالیز تزریق می‌شوند. ✓ از مصرف خودسرانه ونوفر خودداری کنید. ✓ مصرف بیش از حد این دارو و یا سرعت بالای انفوزیون (تزریق) آن ممکن است باعث کاهش فشار خون، سردرد، تهوع، گیجی، درد مفاصل، بی حسی بدن، درد شکم، درد عضلات و ادم گردد. در صورت بروز این نشانه‌ها به پرستار اطلاع دهید. ✓ توجه داشته باشید این دارو با سایر داروها و یا محلول‌های تغذیه وریدی نباید مخلوط شود. ✓ توجه داشته باشید تعیین میزان مناسب دارو در سالمندان به علت کاهش عملکرد قلب، وجود انواع بیماری‌های زمینه‌ای و مصرف انواع داروها باید با احتیاط کامل و با مشورت پزشک مربوطه انجام گیرد. 						
<p>❖ داروهای فشار خون و انسولین</p> <p>عارضه اصلی افزایش فشار خون و دیابت، نارسایی کلیه‌ها می‌باشد. لذا اغلب بیماران دیالیزی از داروهای کاهش دهنده فشار خون و قند استفاده می‌نمایند.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ کلیه داروها را باید طبق دستور و منظم مصرف کنید. ۷ از قطع ناگهانی دارو پرهیز کنید. ✓ اگر در حین دیالیز دچار افت فشار خون یا قند می‌شوید، فقط وعده دارویی قبل از دیالیز را مصرف نکنید. 						
<p>❖ نکات کلی در مصرف داروها</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ کلیه داروها، حتی داروهایی را که پزشکان برای شما تجویز می‌کنند، باید با اطلاع پزشک نفرولوژیست شما باشد. ✓ از مصرف هرگونه مسکن به خصوص متوکاربامول و باکلوفن تجویز پزشک معالجتان خودداری فرمایید. ✓ مصرف سایر ویتامین‌ها، را باید با نظر پزشک معالج مصرف کنید. ✓ داروها را در ساعت مشخص مصرف کنید. ✓ در صورتی که دارویی را فراموش نمودید و تا ساعت مصرف بعدی زمان زیادی دارید آن را مصرف کنید. ولی اگر به زمان مصرف بعدی نزدیک است از مصرف آن خودداری نمایید. ✓ داروها را دور از دسترس اطفال نگه‌داری کنید. ۷ قرص‌های تاریخ مصرف گذشته را در منزل نگه‌داری نکنید. ✓ همیشه به میزان کافی داروهای مصرفی را در منزل داشته باشید و پیش از تمام شدن آن، دوباره نسخه را از داروخانه تهیه نمایید یا به پزشک مراجعه نمایید. ✓ اگر قصد سفر دارید، حتما مطمئن شوید که دارو به میزان کافی برای آن مدت به همراه دارید. ✓ در صورت مراجعه به هر پزشک دیگر، حتما پزشک را از مصرف داروها مطلع نمایید. ✓ خودسرانه و بدون مشورت با پزشک، داروهای مصرفی خود را قطع نکنید و یا آن‌ها را تغییر ندهید. 						
<p>❖ زمان مراجعه بعدی</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در صورت مشاهده عوارض دارویی مانند بی‌اشتهایی، استفراغ، اسهال و ... به پزشک مراجعه نمایید. ✓ در صورت اتمام داروهای مصرفی و یا رسیدن زمان ویزیت پزشک مراجعه نمایید 						
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 می‌شود 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 رضا اسدزاده فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح: کلینیک فجر انقلاب عصر: سعدی جنوبی - روبروی داروخانه دکتر رشیدی	دکتر بهاره غیائی فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح: کلینیک فجر انقلاب عصر: روبروی بیمارستان امام خمینی - ساختمان اسبیا
--	--



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

پزشک یا پزشکان معالج:	نام بیماری: دسترسی به عروق همودایلایز (کاتتر) 2/1
نام و نام خانوادگی بیمار:	تاریخ ترخیص:
جهت دریافت جواب در تاریخ / به واحد مراجعه فرمایید	
<p>❖ اقدامات قبل از عمل</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ شب قبل از عمل استحمام کنید و موهای ناحیه جراحی را کامل پاک کنید. این کار باعث کاهش احتمال عفونت می‌شود. ✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید و تحت درمان هستید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود. ✓ روز عمل کلیه اشیاء فلزی از جمله زیور آلات، گیره سر، لنز و اعضاء مصنوعی خود را خارج کنید و سپس لباس اتاق عمل خود را بپوشید. ✓ بی حرکتی پس از عمل می‌تواند باعث رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه ها گردد، لذا ورزش های تنفسی و چرخش پا را که به شما آموزش داده می‌شود بلافاصله پس از عمل انجام دهید. ✓ آزمایش خون، رادیوگرافی ها و دیگر آزمایش های تشخیصی قبل از عمل انجام می‌شود. ✓ ممکن است جهت جلوگیری و کنترل عفونت آنتی بیوتیک قبل از عمل تزریق شود. ✓ 4 الی 5 ساعت قبل از عمل از خوردن و آشامیدن خودداری کنید. 	حین بستری
<p>❖ محل گذاشتن کاتتر</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ کاتترها در یک ورید یا سیاهرگ بزرگ در ناحیه گردن قرار داده می‌شوند؛ اما گاهی اوقات در قسمت بالای قفسه سینه نیز گذاشته می‌شوند. 	
<p>❖ رژیم غذایی و تغذیه</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ تا زمانی که پزشک دستور نداده است، غذا و مایعات نخورید. 	
<p>❖ فعالیت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمائید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید. 	
<p>❖ مراقبت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع داده تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام دهد. ✓ در صورت مشاهده خونریزی در محل عمل پرستار را مطلع کنید. ✓ اگر اطراف محل کاتتر، زخم، تورم، قرمزی یا گرمی مشاهده شد به پرستار خود اطلاع دهید. ✓ ممکن است گذاشتن کاتتر با بی حسی موضعی انجام شود، در صورت نداشتن حس در ناحیه گردن یا قفسه سینه نگران نشوید زیرا به مرور زمان بهتر خواهد شد. ✓ از تکان دادن شدید گردن و یا خم کردن گردن به سمت محل قرار دادن کاتتر خودداری کنید. 	



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: دسترسی به عروق همودایالیز (کاتتر) 2/2	پزشک یا پزشکان معالج:	نام و نام خانوادگی بیمار:				
<p>❖ رژیم غذایی و تغذیه</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ به میزان مصرف مایعات توجه کنید؛ مایعات مصرفی شما محدود می‌باشد. ✓ برای کاهش تشنگی از یخ خرد شده، میوه یخ زده و آب‌نبات ترش استفاده کنید. ✓ از لیوان های کوچک درجه بندی شده استفاده کنید. ✓ از مواد غذایی شور و دارای سدیم بالا مانند چیپس، پفک، سوسیس و کالباس، زیتون، خیار شور، سس ها، رب های آماده، ماهی شورودودی، چوب شور، آب گوشت و سبزیجات آماده استفاده نکنید. ✓ مصرف سیب زمینی، رب، نخود فرنگی، انواع کلم و گل کلم، اسفناج، کدو حلوایی، کرفس پخته، سیروموسیر، موز، خردل، پرتقال، آلو، خرما، آجیل و خشکبار، انبه، کیوی، شلیل، گرمک و خربزه، گلابی تازه، انجیر، روغن زیتون را محدود کنید. ✓ نوشابه ها، لبنیات (شیر حداکثر نصف لیوان در روز)، ماست، پنیر (حداکثر 30 گرم در روز)، کشک، کاکائو و قهوه، ماهی (سفید، ساردین، تن)، احشاء بدن حیوانات، حبوبات، نان های کامل و سبوس دار را محدود کنید. 						
<p>❖ فعالیت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ به اندازه کافی استراحت کنید. ۷ از پزشک در مورد زمان شروع ورزش سؤال کنید. 						
<p>❖ مراقبت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ پانسمان کاتتر را تمیز و خشک نگه دارید. ۷ حمام کردن، دوش گرفتن و شنا با کاتتر ممنوع می‌باشد. ✓ اطراف کاتتر را با یک گاز استریل یا پارچه خشک، تمیز کنید. ۷ هرگز کاتتر را به بیرون یا داخل جابجا نکنید. ✓ هنگامی که روی کاتتر باز است از ماسک استفاده نمایید. ۷ محل کاتتر را از نظر عفونت، قرمزی، تورم و درد کنترل کنید. ✓ در صورت مشاهده علائم عفونت مانند تب و لرز و ... به کارکنان دیالیز یا پزشک خود اطلاع دهید. ✓ در صورت ایجاد مشکلات تنفسی به پزشک خود مراجعه نمایید. ۷ پیچ انتهایی کاتتر را هرگز باز نکنید. ✓ قسمت سرپوش کاتتر و گیره های آن در زمانی که استفاده نمی‌شود، بسته باشد. ✓ به هیچ عنوان از اشیاء تیز مانند قیچی در اطراف کاتتر استفاده نشود. ✓ از تکان دادن شدید گردن در زمان انجام دیالیز خودداری کنید. ✓ در صورت مشاهده خونریزی از محل کاتتر سریع پیچ کاتتر را محکم و به پرسنل دیالیز اطلاع دهید یا به بیمارستان بروید. ✓ از انداختن گردنبند در صورت تعبیه کاتتر در ناحیه گردن خودداری کنید. 						
<p>❖ داروها</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در صورت بروز عفونت، پزشک برای شما آنتی بیوتیک تجویز خواهد کرد بهتر است طبق دستور پزشک آن را (در ساعات معین) مصرف و دوره درمان را کامل کنید. ✓ اگر در راه دسترسی عروق شما لخته تشکیل شد، لازم است با داروهای خاص درمان شوید. 						
<p>❖ زمان مراجعه بعدی</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در صورت مشاهده علائم زیر بلافاصله با پزشک یا پرسنل دیالیز خود تماس بگیرید، یا به اورژانس بیمارستان محل زندگی خود بروید: ✓ احساس تنگی نفس ۷ ایجاد علائمی شبیه آنفولانزا ۷ درجه حرارت بالای 38 درجه و لرز ✓ احساس درد قرمزی، درد، تورم یا احساس گرمی در محل جراحی ۷ خونریزی از محل کاتتر 						
نام دارو	مقدار	ساعت مصرف	ارتباط با غذا			توجهات ویژه
			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 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 رضا اسدزاده فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر: سعدی جنوبی - روبروی داروخانه دکتر رشیدی	دکتر بهاره غیائی فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر: روبروی بیمارستان امام خمینی - ساختمان اسیا
---	--



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

پزشک یا پزشکان معالج:	نام بیماری: سندرم های رایج حین دیالیز 2/1
نام و نام خانوادگی بیمار:	تاریخ ترخیص:
جهت دریافت جواب در تاریخ / به واحد مراجعه فرمایید	
<p>❖ عوارض همودیالیز</p> <p>در زمان انجام دیالیز ممکن است عوارض و علائمی ایجاد شود که برخی شایع و برخی بصورت نادر مشاهده می شود. عوارض شایع عبارتند از:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ کاهش فشارخون / گرفتگی عضلات / تهوع و استفراغ / سردرد / درد سینه و کمردرد ✓ خارش / تب و لرز <p>عوارض نا شایع در هنگام دیالیز عبارتند از:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ واکنش یا حساسیت به دیالیز / همولیز یا لیز شدن گلبول های قرمز / آمبولی هوا 	حین بستری
<p>❖ اقدامات زمان ایجاد کاهش فشارخون</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در صورتی که علائم و نشانه های کاهش فشار خون را داشتید به پرستار خود اطلاع دهید تا فشارخون شما را کنترل کند در صورت کم بودن فشار خون اقدام درمانی مناسب را انجام دهد. ✓ از آن جایی که امکان افزایش وزن در مدت زمان بین دو دیالیز وجود دارد باید افزایش وزن در بین دو دیالیز را کنترل کنید، افزایش وزن در هر روز باید کمتر از یک کیلو باشد. ✓ اگر داروی ضد فشار خون می خورید، بعد از دیالیز آن را مصرف کنید. ✓ در حین دیالیز، غذا یا مواد خوراکی نخورید. ✓ در صورت عدم ایجاد مشکل تنفسی طوری بخوابید که پا کمی بالاتر از سر قرار گیرد. ✓ ممکن است به شما 100 سی سی یا بیشتر سرم نمکی تزریق گردد. ✓ در صورتی که افت فشارخون زیاد باشد، دیالیز قطع می شود. ✓ برای شما لوله یا ماسک اکسیژن گذاشته می شود. ✓ به منظور کاهش فشار خون حین دیالیز دمای محلول دیالیز به 34 تا 36 درجه کاهش می یابد. 	
<p>❖ اقدامات زمان ایجاد گرفتگی عضلانی</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در صورتی که علت این عارضه کاهش فشار خون باشد اقدامات زمان افت فشارخون که در قسمت قبل توضیح داده شد انجام دهید. ✓ به پرستار خود اطلاع دهید تا درمان مناسب برای شما انجام گردد. ✓ اگر دیابت نداشته باشید ممکن است به شما 50 سی سی گلوکز 50٪ یا برخی داروها با نظر پزشک تزریق شود. ✓ با مصرف انگزایام 5 یا 10 میلی گرم با نظر پزشک دو ساعت قبل از انجام دیالیز این عارضه کاهش می یابد. ✓ مصرف چربی های خوراکی را کاهش دهید. ✓ میزان قند مصرفی را کاهش دهید. از مصرف نوشابه و الکل خودداری کنید. ✓ از کمپرس گرم و ماساژ اندام استفاده کنید. 	
<p>❖ اقدامات زمان ایجاد تهوع و استفراغ</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در صورتی که علت این عارضه کاهش فشار خون باشد اقدامات زمان افت فشارخون که در قسمت قبل توضیح داده شد انجام دهید. ✓ به آرامی دراز بکشید و آرامش خود را حفظ نمایید. ✓ به پرستار خود اطلاع دهید تا درمان مناسب برای شما انجام گردد. ✓ می توانید با نظر پزشک قبل از انجام دیالیز متوکلوپرامید مصرف کنید. ✓ از خوردن و آشامیدن در زمان انجام دیالیز خودداری نمایید. 	



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: سندرم های رایج حین دیالیز 2/2	پزشک یا پزشکان معالج:	نام و نام خانوادگی بیمار:					
<p>❖ اقدامات زمان ایجاد خارش</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ از اجسام زبر برای خاراندن پوست استفاده نکنید. ✓ برای جلوگیری از خشکی پوست از حمام کردن زیاد و استفاده از صابون های معطر خودداری کنید. ✓ در زمان استحمام از صابون های ملایم استفاده نموده و از کیسه کشیدن زیاد پوست اجتناب نمایید. ✓ پوست را با نرم کننده و مرطوب کننده های پوست مرطوب نگه دارید. ✓ از قرارگیری در محیط هایی با درجه حرارت خیلی بالا و یا پایین خودداری کنید. ✓ رژیم غذایی با محدودیت فسفر را رعایت فرمایید. / داروهای ضد خارش تجویز شده را مصرف نمایید. ✓ ناخن های خود را همیشه کوتاه نگه دارید. / در صورت داشتن خارش از پارچه تمیز و نرم جهت این کار استفاده نمایید. ✓ از آب گرم برای حمام استفاده نکنید / از پوشیدن لباس های پشمی و نایلونی خودداری نمایید. ✓ از لباس های نرم و پنبه ای استفاده نمایید. 							
<p>❖ اقدامات زمان ایجاد سردرد</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ می توانید از استامینوفن به صورت خوراکی استفاده نمایید. ✓ نوشیدن یک فنجان چای و یا قهوه پس از انجام دیالیز برای کاهش سردرد موثر می باشد. ✓ در صورتی که سردرد شدید بود به متخصص داخلی اعصاب مراجعه نمایید. 							
<p>❖ اقدامات زمان ایجاد تب و لرز</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در صورت تب بالا از استامینوفن خوراکی می توانید استفاده نمایید. / از ارتباط با افرادی که دارای عفونت می باشند خودداری نمایید. ✓ در زمان ایجاد تب پوشش و یا لباس های خود را کم نمایید. 							
<p>❖ اقدامات زمان ایجاد واکنش یا حساسیت به محلول دیالیز</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ انجام دیالیز قطع شده و از بازگشت خون موجود در دستگاه دیالیز به بدن جلوگیری می شود. ✓ به شما داروهایی مانند آنتی هیستامین و ... داده می شود. / برای شما لوله یا ماسک اکسیژن گذاشته می شود. 							
<p>❖ اقدامات زمان ایجاد سندرم عدم تعادل در دیالیز</p> <p>شما به تنهایی نمی تواند به این سندرم پی ببرید و پرستاران و پزشکانی که در مراکز دیالیز کار می کنند با دیدن علائم به سرعت به وجود این سندرم پی می برند. فردی که دارای این سندرم است به صورت ناگهانی دچار سردرد، تهوع، استفراغ، بی قراری شدید و لرزش می شود. زمانی که پرستاری این علائم را در بیماری مشاهده کند به سرعت اقدامات درمانی را آغاز می کند.</p> <p>تشنج می تواند در افرادی که دارای وزن کم هستند دیده شود اما در تمام بیماران امکان تشنج وجود دارد. زمانی که این تشنج اتفاق افتاد می توان با تزریق سرم سدیم یا مانیتور بیمار را به حالت اولیه برگرداند و در صورتی که تشنج شدید باشد دیالیز باید قطع شود و بعد از چند ساعت به صورت آهسته دیالیز را آغاز کنند. به موقع برای انجام همودیالیز مراجعه کنید و نوبت دیالیز را به تعویق نیندازید.</p>							
<p>❖ اقدامات زمان ایجاد آمبولی هوا</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در صورت ایجاد علائم به پرستار خود اطلاع دهید تا اقدامات مناسب برای شما انجام شود. ✓ انجام دیالیز در زمان ایجاد این عارضه قطع می گردد. / بیمار به پهلو چپ در حالتی که سر پایینتر و پاها بالاتر باشد خوابانده می شود. ✓ اکسیژن ۱۰۰٪ با ماسک داده می شود. / به ناحیه دو کتف ضربه وارد می شود. 							
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			

دکتر رضا اسدزاده فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب
عصر: سعدی جنوبی - روبروی داروخانه دکتر رشیدی

دکتر بهاره غیائی فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب
عصر: روبروی بیمارستان امام خمینی - ساختمان اسبیا



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 بهار، الزامی است آموزش بهار حین بستری و ترخیص، طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

پزشک یا پزشکان معالج:	نام بیماری: عفونت ویروسی در دیالیز 2/1
نام و نام خانوادگی بیمار:	تاریخ ترخیص:
جهت دریافت جواب در تاریخ / به واحد مراجعه فرمایید	
<p>قبل از شروع همودیالیز از شما آزمایش خون گرفته می شود تا مشخص شود که آیا شما به انواع ویروس هپاتیت و ایدز مبتلا هستید یا خیر؟ پس از شش ماه مجدداً در صورت ادامه دیالیز این آزمایش ها تکرار می گردد. این آزمایشات در پرونده شما ثبت و نگهداری و می شود. در این قسمت شما با انواع عفونت های ویروسی که ممکن است در اثر انجام دیالیز به آن مبتلا شوید و همچنین راه های پیشگیری آن ها آشنا می شوید.</p>	
<p>❖ راههای انتقال ویروس هپاتیت ب</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ تولد از مادر آلوده به ویروس هپاتیت ب ✓ استفاده مشترک از ابزار آلوده ی تیز و برنده نظیر سوزن و سرنگ، تیغ اصلاح، مسواک؛ ✓ تزریق مکرر خون یا فرآورده های خونی آلوده ✓ خالکوبی، حجامت، سوراخ کردن گوش و دیگر خدمات پزشکی در محل های نامطمئن و آلوده، هر اقدامی که منجر به سوراخ شدن پوست با وسایل آلوده و غیر استریل شود. 	
<p>❖ پیشگیری از هپاتیت ب</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ برای هر بیمار از قبچی، کلامپ و ... جداگانه و انفرادی استفاده شود. ✓ اگر سطوح محیطی به اندازه کافی پاک یا گندزادگی نشوند و بطور مشترک در بین بیماران مورد استفاده قرار گیرند باعث انتقال عفونت می شوند اگر دستکش پرسنل در زمان تزریق یا برای پیدا کردن محل تزریق آلوده گردد این خود می تواند باعث آلودگی بیماران شود. به همین دلیل دقت کنید که برای شما از دستکش جداگانه استفاده شود. ✓ از وسایل دیگران استفاده ننمایید وسایل شخصی شما شامل ناخن گیر، ریش تراش و شانه، لیوان و قاشق و ... می باشد. ✓ جهت معاینه و آزمایش خون هر شش ماه به پزشک مراجعه نمایید. ✓ هرگز از وسایل تیز و برنده، نظیر سرنگ و سوزن، تیغ اصلاح و مسواک به صورت مشترک استفاده نکنید. ✓ از انجام کارهایی که به سوراخ شدن و ایجاد خراش در پوست منجر می شود، نظیر خالکوبی و حجامت در مراکز غیرمطمئن و آلوده پرهیز کنید. ✓ از تماس جنسی مشکوک و حفاظت نشده پرهیز کنید. نسبت به سه نوبت تزریق واکسیناسیون خود اقدام کنید. ✓ در صورت ایجاد زخمی در بدن زخم را با آب و صابون شستشو داده بوسیله پانسمان بخوبی محافظت نمایید. ✓ اشیاء آلوده به خون را در کیسه پلاستیکی جمع آوری کرده و بسوزانید. ✓ وسائلی را که بخون آلوده می شوند سریعاً با مواد ضد عفونی کننده مانند مایع سفید کننده لباس تمیز نمایید. ✓ در صورت وجود فرد آلوده به ویروس هپاتیت «ب» اطرافیان او باید علیه این بیماری واکسینه شوند. ✓ دقت کنید فیلتر دستگاه شما در زمان دیالیز تعویض شده باشد. ✓ هر 3 تا 6 ماه، باید به طور دوره ای برای وجود عفونت هپاتیت ب آزمایش دهید. 	
<p>❖ راه های انتقال ویروس هپاتیت آ</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ عمده ترین انتقال آن از طریق دهانی، مدفوعی می باشد یعنی در مناطقی که بهداشت رعایت نشده و پس از دستشویی دستها با آب و صابون شسته نمی شود و با همان دست غذا خورده می شود این ویروس به راحتی انتقال می یابد. ✓ همچنین در اثر مصرف آب، غذا، شیر آلوده صدف و گوشت نپخته ماهی انتقال می یابد. 	
<p>❖ پیشگیری از هپاتیت آ</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ بهداشت فردی خصوصاً شستشوی دستها با آب و صابون بعد از توالی و قبل از غذا خوردن را رعایت نمایید. ✓ فضولات انسانی را به طور صحیح و بهداشتی دفع کنید. ✓ سبزیجات مصرفی را به طور صحیح ضد عفونی نمایید. ✓ لوازم شخصی، ظروف غذا و آشامیدنی خود را باید از ظروف دیگران جدا کنید. ✓ در محل انجام دیالیز از خوردن و آشامیدن خودداری نمایید. 	

حین بستری



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: عفونت ویروسی در دیالیز 2/2	پزشک یا پزشکان معالج:	نام و نام خانوادگی بیمار:				
<p>❖ عوامل خطر ساز انتقال هپاتیت ث</p> <p>✓ سابقه و میزان واحدهای خون تزریقی ✓ شیوع عفونت هپاتیت ث.</p> <p>❖ پیشگیری از هپاتیت ث</p> <p>✓ هپاتیت ث نیز مانند هپاتیت ب از راه خون منتقل می شود پس همان راه های پیشگیری مطرح است. ✓ توصیه میشود برای هر بیمار همودیالیزی از یک پرستار و وسایل یک بار مصرف مجزا از جمله دستکش استفاده شود. ✓ پاک کردن و ضد عفونی کردن وسایل و سطوح محیط اهمیت زیادی دارد. ✓ هرگز مواد مخدر تزریقی استفاده نکنید. ✓ در صورتی که به مخدر اعتیاد دارید، برای ترک اعتیاد اقدام کنید. ✓ هرگز از سرنگ مشترک استفاده نکنید. ✓ از مسواک، تیغ و وسایل برنده یا وسایلی که امکان آلودگی به خون را دارند به طور مشترک استفاده ننمایید. ✓ استفاده از کاندوم در تماس با افراد آلوده یا مشکوک باعث محافظت از کلیه عفونتهای تناسلی به خصوص آلودگی با ویروس هپاتیت ث می شود. ✓ در صورتی که لباس یا هر شیئی دیگری به خون فرد آلوده آغشته شود، در ابتدا باید خون را با آب سرد در حالی که دستکش به دست دارید کاملاً بشویید. چون ویروس در خون خشک شده هم تا مدتی باقی می ماند، بنابراین باید خون کاملاً پاک شود. سپس با دو روش می توان وسیله را ضد عفونی کرد:</p> <ul style="list-style-type: none"> • استفاده از مواد ضد عفونی کننده مانند مایعات سفید کننده و مواد کلر دار برای مدت ۲۰ دقیقه • جوشاندن برای مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه <p>توجه: افرادی که دیالیز صفاقی می شوند در مقایسه با افرادی که همودیالیز می شوند، در معرض خطر کمتری از لحاظ دریافت عفونت ها قرار دارند.</p>						
<p>❖ راه های انتقال سندرم کمبود ایمنی اکتسابی یا ایدز</p> <p>✓ از طریق آمیزش جنسی محافظت نشده از طریق مقعد و حتی دهان ✓ انتقال خون آلوده و سرسوزن آلوده ✓ از مادر به فرزند در طول بارداری، زایمان یا شیردهی</p> <p>❖ پیشگیری از ویروس ایدز</p> <p>✓ از تماس جنسی با افراد آلوده یا افرادی که مواد مخدر تزریقی مصرف می کنند خودداری کنید. ✓ از مسواک، تیغ و وسایل برنده یا وسایلی که امکان آلودگی به خون دارند، به طور مشترک استفاده ننمایید. ✓ هرگز از سرنگ مشترک استفاده نکنید. ✓ از کاندوم استفاده کنید. ✓ از بی بندوباری جنسی خودداری کنید.</p>						
<p>❖ زمان مراجعه بعدی</p> <p>✓ اگر شما یا یکی از اعضای خانواده تان علائم عفونت ایدز یا انواع هپاتیت را داشتید. ✓ اگر پس از تشخیص، علائم یک عفونت دیگر ظاهر شوند (تب، سرفه، یا اسهال).</p> <p>✓ اگر دچار علائم جدید و غیر قابل توجهی شده اید. ✓ اگر دچار عوارض جانبی داروهای مورد استفاده در درمان شدید.</p>						
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 مراجعین 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 بهاره غیانی فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب
عصر: روبروی بیمارستان امام خمینی - ساختمان اسپا

دکتر رضا اسدزاده فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب
عصر: سعدی جنوبی - روبروی داروخانه دکتر رشیدی



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

پزشک یا پزشکان معالج:	نام بیماری فیستول و گرافت 3/1
نام و نام خانوادگی بیمار:	تاریخ ترخیص:
جهت دریافت جواب در تاریخ / به واحد مراجعه فرمایید	
<p style="text-align: center;">❖ اقدامات قبل از عمل</p> <p>✓ شب قبل از عمل استحمام کنید و موهای ناحیه جراحی را پاک کنید. این کار باعث کاهش احتمال عفونت می‌شود.</p> <p>✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید و تحت درمان می‌باشید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود.</p> <p>✓ روز عمل کلیه اشیاء فلزی از جمله زیور آلات، گیره سر، لنز و اعضاء مصنوعی خود را خارج کنید و سپس لباس اتاق عمل خود را بپوشید.</p> <p>✓ بی حرکتی پس از عمل می‌تواند باعث رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه ها گردد، لذا ورزش‌های تنفسی و چرخش پا که به شما آموزش داده می‌شود را بلافاصله پس از عمل انجام دهید.</p> <p>✓ آزمایش خون، رادیوگرافی ها و دیگر آزمایش های تشخیصی قبل از عمل انجام را انجام دهید.</p> <p>✓ ممکن است جهت جلوگیری و کنترل عفونت آنتی بیوتیک قبل از عمل تزریق شود.</p> <p>✓ 4 الی 5 ساعت قبل از عمل از خوردن و آشامیدن خودداری کنید.</p>	
<p style="text-align: center;">❖ محل گذاشتن فیستول یا گرافت</p> <p>✓ مچ دست یا آرنج بهترین محل برای ایجاد فیستول می باشد.</p> <p>✓ گرافت معمولاً در ساعد یا در قسمت بالایی بازو قرار داده می‌شود. گاهی نیز، در ساق پا یا دیواره قفسه سینه تعبیه می‌شود.</p>	
<p style="text-align: center;">❖ رژیم غذایی و تغذیه تا زمانی که پزشک دستور نداده است غذا و مایعات نخورید.</p>	
<p style="text-align: center;">❖ فعالیت: برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمائید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.</p>	
<p style="text-align: center;">❖ مراقبت</p> <p>✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع دهید تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما انجام شود.</p> <p>✓ در صورت مشاهده خونریزی در محل عمل پرستار را مطلع کنید.</p> <p>✓ بازوی خود را مستقیم و بالاتر از سطح قلب نگهدارید تا زمانی که محل عمل التیام یابد.</p> <p>✓ اجازه ندهید که از دستی که گرافت یا فیستول دارد، خونگیری کنند یا فشار خون بگیرند یا دارویی در رگ‌های دست تزریق کنند.</p> <p>✓ پانسمان محل عمل جراحی نباید سفت و محکم باشد.</p> <p>✓ اگر در محل فیستول یا گرافت، زخم، تورم، قرمزی یا گرمی مشاهده کردید به پرستار خود اطلاع دهید</p>	

حین بستری



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: فیستول و گرافت 3/2	پزشک یا پزشکان معالج:	نام و نام خانوادگی بیمار:
<p>❖ رژیم غذایی و تغذیه</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ به میزان مصرف مایعات توجه کنید؛ مایعات مصرفی خود را محدود کنید. ✓ برای کاهش تشنگی از یخ خرد شده، میوه یخ و آبناپت ترش استفاده کنید. ✓ از لیوان های کوچک دارای درجه بندی استفاده کنید. ✓ از مواد غذایی شور و دارای سدیم بالا مانند چیپس، پفک، سوسیس و کالباس، زیتون، خیار شور، سس ها، رب های آماده، ماهی شور و دودی، چوب شور، آب گوشت و سبزیجات آماده استفاده نکنید. ✓ مصرف سیب زمینی، رب، نخود فرنگی، انواع کلم و گل کلم، اسفناج، کدو حلوایی، کرفس پخته، سیر و موسیر، موز، خردل، پرتقال، آلو، خرما، آجیل و خشکبار، انبه، کیوی، شلیل، گرمک و خربزه، گللابی تازه، انجیر، روغن زیتون را محدود کنید. ✓ نوشابه ها، لبنیات (شیر حداکثر نصف لیوان در روز)، ماست، پنیر (حداکثر 30 گرم در روز)، کشک، کاکائو و قهوه ، ماهی (سفید، ساردین، تن)، احشاء بدن حیوانات، حبوبات، نان های کامل و سیوس دار محدود شوند. 		
<p>❖ فعالیت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ دست دارای فیستول یا گرافت را به طور مداوم بی حرکت نگه ندارید. ✓ به اندازه کافی استراحت کنید. ✓ از پزشک در مورد زمان شروع ورزش سؤال کنید. ✓ ورزش هایی که موجب برجسته تر شدن و پرخونی فیستول می گردد مانند باز و بسته کردن دست با خمیر یا توپ قابل ارتجاع را با نظر پزشک انجام دهید. 		
<p>❖ مراقبت 1</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ برش جراحی و محل فیستول یا گرافت را تمیز و خشک نگهدارید . ✓ تا چند روز پس از عمل اندام مربوطه بالاتر نگهداشته شود. ✓ تا 10-14 روز پس از جراحی از بلند کردن اجسام سنگین و انداختن کیف سنگین بر روی دوش خودداری کنید. ✓ از کنترل فشار خون، خونگیری و تزریق در اندام فیستول دار اجتناب نماید. اجازه ندهید که از دست شما خونگیری کنند یا دارویی در عروق دست شما تزریق کنند. ✓ روی دست فیستول یا گرافت دار نخواستید. ✓ از بستن دستبند و ساعت و پوشیدن لباس تنگ خودداری نماید. ✓ از خوردن داروهای پایین آورنده فشارخون بدون مشورت با پزشک بپرهیزید. ✓ جهت اطمینان از باز بودن فیستول با قرار دادن انگشتان خود روی آن، عبور خون را از طریق لرزش ایجاد شده هنگام جریان یافتن کنترل کنید. ✓ اگر در محل فیستول یا گرافت، زخم، تورم، قرمزی یا گرمی مشاهده شد به پرسنل دیالیز اطلاع دهید. این علائم می تواند نشانگر عفونت باشد. ✓ تا زمان التیام زخم جراحی فیستول می توانید دوش بگیرید ولی داخل وان و استخر نروید. ✓ موقع دوش گرفتن روی فیستول را بپوشانید. از پرسنل دیالیز در مورد روش تهیه این پوشش ها سوال کنید. ✓ محل فیستول یا گرافت را روزانه با صابون ضد باکتری بشویید. از تیم مراقبتی دیالیز خود بخواهید تا صابون خوبی به شما معرفی کنند. 		

بیمار



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: فیستول و گرافت 3/3	پزشک یا پزشکان معالج:	نام و نام خانوادگی بیمار:					
<p>❖ مراقبت 2</p> <p>✓ قبل از هر بار دیالیز محل فیستول یا گرافت را بشویید.</p> <p>✓ فیستول یا گرافت را نخارانید. ناخن های شما می تواند منبع عفونت باشد.</p> <p>✓ در طی دیالیز به سمت محل فیستول یا گرافت سرفه یا عطسه نکنید.</p> <p>✓ اگر بعد از خارج کردن سوزن ها، خودتان می خواهید روی فیستول یا گرافت را نگه دارید، حتماً قبل از آن یک دستکش تمیز بپوشید و از گاز تمیز استفاده کنید.</p> <p>✓ برای توقف خونریزی، بعد از خارج کردن سوزن ها، به روی محل فیستول یا گرافت آرام فشار وارد کنید. فقط جایی را که سوزن قرار داشته فشار دهید. هرگز بالای محلی که سوزن قرار داشته فشار وارد نکنید.</p> <p>✓ اگر ارتعاش یا صدای فیستول یا گرافت شما از بین رفت یا متفاوت به نظر رسید، پرسنل دیالیز را فوراً خبر کنید. این به این معنی است که فیستول یا گرافت خوب کار نمی کند.</p> <p>✓ از پرسنل دیالیز بخواهید که در مورد روش پیشگیری از عفونت و حفظ عملکرد مناسب کاتتر به شما آموزش دهند.</p> <p>✓ در حین دیالیز و بعد از آن پانسمان فیستول را حتماً تمیز و خشک کنید.</p> <p>✓ هنگام اتصال یا جدا شدن از دستگاه دیالیز ماسک جراحی بزنید.</p> <p>✓ در هنگام دیالیز از تکان دادن شدید دست دارای فیستول یا گرافت خودداری کنید زیرا موجب پاره شدن آن می گردد.</p> <p>✓ محل جراحی فیستول را از نظر خونریزی کنترل کنید.</p> <p>✓ در صورت خونریزی از فیستول یا گرافت، به آرامی با یک گاز تمیز روی آن را فشار دهید تا خونریزی متوقف شود و اگر خونریزی بیشتر از 20 دقیقه طول کشید به پزشک یا پرسنل دیالیز اطلاع دهید.</p> <p>✓ وسیله مناسب برای پانسمان فیستول در منزل داشته باشید تا در صورت نیاز بتوانید پانسمان آن را تعویض کنید.</p>							
<p>❖ داروها</p> <p>✓ در صورت بروز عفونت، پزشک برای شما آنتی بیوتیک تجویز خواهد کرد بهتر است طبق دستور پزشک (در ساعات معین) مصرف و دوره درمان را کامل کنید.</p> <p>✓ اگر در راه دسترسی عروقی شما لخته تشکیل شد، لازم است با داروهای خاص درمان شوید.</p>							
<p>❖ زمان مراجعه بعدی</p> <p>✓ در صورت مشاهده علائم زیر بلافاصله با پزشک یا پرسنل دیالیز خود تماس بگیرید، یا به اورژانس بیمارستان محل زندگی خود بروید:</p> <p>✓ احساس تنگی نفس / ایجاد علائمی شبیه آنفولانزا / درجه حرارت بالای 38 درجه و لرز</p> <p>✓ احساس درد قرمزی، تورم یا احساس گرمی در محل جراحی / خونریزی از محل فیستول یا گرافت</p> <p>✓ سایر موارد نگران کننده یا اورژانسی</p>							
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			

دکتر رضا اسدزاده فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر: سعدی جنوبی - روبروی داروخانه دکتر رشیدی	دکتر بهاره غیائی فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر: روبروی بیمارستان امام خمینی - ساختمان اسیا
---	--



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

پزشک یا پزشکان معالج:	نام بیماری دیالیز صفاقی 2/1
نام و نام خانوادگی بیمار:	تاریخ ترخیص:
<p>❖ اقدامات قبل از عمل تعیبه لوله دیالیز صفاقی</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ شب قبل از عمل توسط صابون پوست شکم را شستشو دهید. ✓ شب قبل از عمل با کرم موبر یا دستگاه ریش تراش برقی موهای زائد شکم را شیو نمایید. ✓ از شب قبل از عمل ناشتا بمانید. ✓ قبل از عمل مثانه خود را خالی کنید. ✓ اگر همودیالیز می شوید، در صورت داشتن عمل جراحی ترجیحاً شب قبل از عمل، یک نوبت همودیالیز شوید. ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل اجسام فلزی، دندان مصنوعی و غیره را از خود دور کنید. ✓ کلیه لباس ها (لباس زیر، جوراب و ...) را در آورید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید. ✓ در صورت داشتن سابقه بیماری، سابقه حساسیت (دارویی، غذایی) پرستار و پزشک معالج را در جریان امر قرار دهید. ✓ در صورتی که بیماری خاصی دارید و تحت درمان هستید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود. ✓ این عمل با بی حسی موضعی انجام می شود و همان روز از بیمارستان ترخیص می شوید. 	
<p>❖ رژیم غذایی</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در صورت اجازه پزشک و نداشتن حالت تهوع و استفراغ ابتدا کمی مایعات بخورید سپس در صورت نداشتن مشکل می توانید غذا نیز بخورید. ✓ رژیم غذایی آزاد بوده و تنها باید مصرف آبمیوه را محدود نمایید مگر اینکه پزشک یا کارشناس تغذیه نظر دیگری داشته باشند. 	
<p>❖ فعالیت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در صورت استراحت نسبی و اجازه خروج از تخت توسط پرستار، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمائید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاری دید و تنگی نفس و... با کمک تیم مراقبتی راه بروید. ✓ بی حرکتی پس از عمل می تواند باعث رکود خون در پاها و افزایش احتمال عفونت ریه ها گردد، لذا ورزشهای تنفسی و حرکات اندام ها را بلافاصله پس از عمل انجام دهید. 	
<p>❖ مراقبت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در ابتدا استراحت مطلق داشته باشید. ✓ در صورت داشتن درد، به پرستار اطلاع دهید تا طبق تجویز پزشک اقدامات لازم جهت تسکین درد شما را انجام گیرد. ✓ از دستکاری سرم ها و رابط های متصل به خود خودداری کنید. ✓ برای جلوگیری از افزایش فشار داخل شکم، زانو های خود را خم نکنید و در حالت نیمه نشسته قرار نگیرید. ✓ در صورت بروز حالت تهوع و استفراغ به پرستار اطلاع دهید. ✓ هرگونه ترشح، قرمزی، ورم و درد در محل خروج لوله دیالیز را سریعاً به پرستار اطلاع دهید. ✓ مادامی که پزشک اجازه نداده است، حق باز کردن پانسمنان را ندارید. روش مراقبت قبل و بعد از استحمام و پانسمنان بعد از استحمام به شما آموزش داده می شود. ✓ از کشیدگی کاتتر یا لوله صفاقی جلوگیری کنید. ✓ محکم چسبیدن کاتتر به پوست شکم را به یاد داشته باشید. ✓ در صورت حساسیت به چسب پانسمنان با پرستار تماس بگیرید. ✓ در صورت نشست مکرر مایع از اطراف کاتتر و خیس شدن مکرر پانسمنان به پزشک یا پرستار مراجعه کنید. ✓ از فعالیتهای غیر ضروری شکم و زور زدن در هنگام اجابت مزاج خودداری کنید. 	

حین بستری



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 بهار، الزامی است آموزش بهار حین بستری و ترخیص، طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

نام بیماری: دیالیز صفاقی 2/2		پزشک یا پزشکان معالج:		نام و نام خانوادگی بیمار:						
<p>❖ رژیم غذایی</p> <p>✓ رژیم غذایی آزاد بوده و بیماران تنها باید مصرف آبمیوه را محدود نمایند مگر اینکه پزشک یا کارشناس تغذیه نظر دیگری داشته باشند.</p> <p>✓ رژیم پر فیبر و سبزیجات برای عدم بروز یبوست توصیه می‌شود.</p> <p>✓ به دلیل مقدار پروتئینی که در حین دیالیز از دست می‌رود، نیاز به دریافت پروتئین بیشتری وجود دارد.</p> <p>✓ مقدار مصرف سدیم و مایعات رژیم غذایی می‌تواند آزاد باشد.</p>										
<p>❖ مراقبت</p> <p>✓ هرگونه ترشح، قرمزی، ورم و درد در محل خروج لوله دیالیز را سریعاً به پرستار یا پزشک خود اطلاع دهید.</p> <p>✓ از حمام‌های داغ و طولانی، غوطه‌ور شدن در وان و سونا پرهیز نمایید.</p> <p>✓ از کشیدگی لوله دیالیز جلوگیری کنید.</p> <p>✓ در صورت حساسیت به چسب پانسمان یا پرستار تماس بگیرید.</p> <p>✓ در صورت نشت مکرر مایع از اطراف لوله دیالیز و خیس شدن مکرر پانسمان به پزشک مراجعه کنید.</p> <p>✓ از فعالیت‌های غیر ضروری شکم و زور زدن در هنگام اجابت مزاج خودداری کنید.</p> <p>✓ اگر هفته‌ای 3 مرتبه حمام می‌کنید، می‌توانید بلافاصله بعد از استحمام، بدون شستشو با نرمال سالین، محل را پانسمان نمایید.</p> <p>✓ در یک ماه ابتدای دیالیز صفاقی 2/5-1/5 کیلوگرم وزن اضافه می‌کنید که باید مواد قندی کمتری استفاده کنید.</p> <p>✓ بهتر است لباس‌های راحت، مناسب و بدون پرز باشد.</p> <p>✓ قبل از انجام دیالیز، صندلی، میز و پایه سرم را ضدعفونی کنید و سپس دست‌هایتان را بشویید.</p> <p>✓ محلول دیالیز را از نظر درصد محلول مصرفی، باز نبودن پوشش خارجی، تاریخ مصرف، درجه حرارت و شفافیت محلول مصرفی کنترل کنید.</p> <p>✓ پس از اتمام دیالیز کیسه تخلیه را در فاضلاب تخلیه کنید و در صورت کدورت محلول خروجی یا دل درد سریعاً با مرکز دیالیز صفاقی تماس بگیرید.</p> <p>✓ قبل از انجام دیالیز ماسک بزنید. دست‌بند، ساعت و انگشتر خود را در آورید. توجه داشته باشید ناخن‌ها بدون لاک و کوتاه باشد و موهایی بلند را ببندید.</p> <p>✓ از انجام دیالیز در مکان‌هایی مثل نزدیک پنجره، محل رفت و آمد، روی فرش و موکت و مکان‌های مرطوب مثل حمام و توالت خودداری شود.</p> <p>✓ به بیمارانی که ادرار دارند تأکید می‌شود که هر هفته یکبار حجم ادرار 24 ساعته را جمع‌آوری کنند در صورتی که حجم آن کاهش یافته باشد به مرکز اطلاع دهند.</p>										
<p>❖ فعالیت</p> <p>✓ برای جلوگیری از افزایش فشار داخل شکم زانوهای خود را خم نکنید و به حالت نیمه نشسته قرار نگیرید.</p> <p>✓ از انجام ورزش‌های سنگین خودداری کنید ولی می‌توانید ورزش‌های سبک مانند پیاده‌روی را انجام دهید</p>										
<p>❖ زمان مراجعه بعدی</p> <p>✓ یک هفته پس از آغاز دیالیز، جهت کنترل وضعیت عمومی و بررسی وجود یا عدم وجود عفونت به مرکز مراجعه کنید.</p> <p>✓ در صورت بروز علائم زیر سریعاً به اورژانس یا پزشک مراجعه کنید:</p> <ul style="list-style-type: none"> • تهوع و استفراغ، درد شدید، خستگی، ضعف، سردرد مداوم، خارش و قرمزی پوست، دانه‌های پوستی و کهیر، تحریک چشم، حساسیت چشم‌ها به نور، آبریزش بینی، درد استخوان‌ها یا عضلات، ضربان نامنظم قلب، تشنج، تغییرات خلقی یا روانی، اضطراب، سرفه، تب، خیز (ورم)، گزگز اندام‌ها، درد قفسه سینه، کاهش ادرار 24 ساعته، طولانی شدن مدت زمان ورود و خروج محلول، جود فیبر و خون در محلول خروجی 										
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
<p>به منظور افزایش آگاهی و رضایتمندی مراجعه‌کنندگان عزیز، درخواست می‌شود نظرات اصلاحی خود را به سوپروایزر آموزشی واقع در دفتر پرستاری اعلام کنید</p>										
نام و نام خانوادگی بیمار یا همراه وی امضاء			مهر و امضاء پرستار			مهر و امضاء پزشک				

دکتر رضا اسدزاده فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر: سعدی جنوبی - روبروی داروخانه دکتر رشیدی	دکتر بهاره غیائی فوق تخصص نفرولوژی ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر: روبروی بیمارستان امام خمینی - ساختمان اسیا
---	--



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