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

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:	پزشک یا پزشکان معالج:	جهت دریافت جواب در تاریخ / / به واحد مراجعه فرمایید
حین بستری	<p>نام بیماری: بیماری کرون 2/1</p>		
	<p>❖ رژیم غذایی</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در مرحله حاد ممکن است، تغذیه از راه دهان قطع شده و تغذیه کامل وریدی برای شما شروع شود. ✓ از مصرف مواد غذایی بسیار گرم و بسیار سرد خودداری کنید. ✓ وعده‌های غذایی را در دفعات بیشتر و حجم کمتر مصرف کنید و غذاها را خوب بجوید و از قورت دادن غذا خودداری کنید. ✓ دریافت منابع پتاسیم مانند سیب زمینی، موز و.. در دوره اسهال توصیه می‌شود و رژیم پر پروتئین و پرکالری برای شما تهیه می‌شود. 		
	<p>❖ فعالیت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ در مرحله حاد استراحت کافی داشته باشید. ✓ دوره‌های متناوب استراحت در طول روز به خصوص در زمان اسهال، به منظور کاهش حرکات روده، توصیه می‌شود. ✓ با کمک و اجازه تیم مراقبتی از تخت خارج شده و راه بروید. 		
<p>❖ مراقبت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ از دستکاری سرم و رباطها خودداری کنید. ✓ در صورت وجود اسهال واستفراغ، آب و املاح از دست رفته باید از طریق مایعات و محلولهای قندی نمکی (سرم‌ها) جبران شود. ✓ از استرس و ناراحتی خودداری کنید. ✓ بهداشت فردی و بخصوص دهان را رعایت کنید. ✓ در صورت داشتن درد و تغییر در اجابت مزاج به پرستار اطلاع دهید. ✓ امکان دارد اقدامات تشخیصی مانند دیدن راست روده و روده بزرگ به وسیله ای که سر آن منبع نوری قرار دارد و یا عکس برداری با اشعه ایکس طی بستری برای شما انجام شود. 			

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

نام بیماری: بیماری کرون 2/2		پزشک یا پزشکان معالج:		نام و نام خانوادگی بیمار:	
<p>❖ رژیم غذایی</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ رژیم کم باقیمانده یا محدود از فیبر می تواند در بهبود این بیماری موثر باشد (میوه ها و سبزیجات، مواد غذایی فیبردار هستند). ✓ شیر، لبنیات و محرک هایی مانند قهوه و الکل حذف شوند و از مصرف ادویه جات پرهیز کنید. ✓ رژیم پر پروتئین و پرکالری زیر نظر متخصص تغذیه توصیه می شود. ✓ در صورت وجود اسهال چرب، میزان چربی رژیم غذایی باید کاهش یابد. برای جبران چربی می توان از روغن MCT که بهتر از روغن های معمولی جذب می شود استفاده کرد (از آنجایی که این روغن به صورت مصنوعی تولید می شود در داروخانه ها قابل تهیه می باشد). ✓ مصرف اسیدهای چرب امگا 3 (نظیر روغن ماهی) نیز به دلیل خواص ضد التهابی آن می تواند در کاهش علائم بیماری مؤثر باشد. ✓ مصرف مکمل های ویتامین و املاح به خصوص ویتامین های ب6، ب12، ث، دی، ای و آهن، مس، روی، منیزیم، پتاسیم و کلسیم با تجویز پزشک توصیه می شود. ✓ وعده های غذایی را در دفعات بیشتر و حجم کمتر مصرف کنید و غذاها را خوب بجوید و از قورت دادن غذا خودداری کنید. ✓ در صورت عدم تحمل قند شیر(لاکتوز) و پروتئین گندم (گلوتن) مواد غذایی مربوطه می بایستی از رژیم غذایی حذف گردد. ✓ افزایش دریافت ویتامین دی و کلسیم به دلیل نقش آن ها در ساختمان استخوان بخصوص در زمان عدم تحمل شیر توصیه می شود. ✓ دریافت منابع پتاسیم مانند سیب زمینی، موز و... در دوره اسهال توصیه می شود. 					
<p>❖ فعالیت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ به هنگام حمله حاد بیماری، روی تخت یا صندلی استراحت کنید. تنها برای توالی، حمام یا خوردن از جا برخیزید. ✓ در فواصل بین حملات، فعالیت های خود را تا حد امکان از سر گیرید. 					
<p>❖ مراقبت</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ سیگار نکشید. ✓ برای تخفیف علائم می توان از گرما استفاده کرد. برای این کار گذاشتن بالشک های گرم کننده یا کمپرس گرم روی شکم مناسب است. ✓ حمام آب گرم نیز می تواند به کم کردن ناراحتی کمک کند. ✓ مراقب خونریزی به هنگام اجابت مزاج باشید. ✓ بهداشت فردی بخصوص بهداشت دهان و دستها در موقع اجابت مزاج را رعایت نمایید. 					
<p>❖ دارو</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ داروهای ضد درد و ضد اسهال، مکمل های ویتامینی، داروهای ضد التهاب و سرکوب کننده ایمنی، آنتی بیوتیک ها برای مبارزه با عفونت ممکن است تجویز شود. دوره درمان را کامل کنید و از قطع و یا مصرف خودسرانه داروها خودداری کنید. 					
<p>❖ زمان مراجعه بعدی</p> <p>اگر اجابت مزاج شما سیاه و قیری است و یا خون واضح در آن وجود دارد و شکم متورم و دردناک، اسهال شدید و تب بالا داشتید به پزشک مراجعه نمایید.</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
				صبح	قبل از غذا
				صبح	قبل از غذا
				صبح	بعد از غذا
				صبح	بعد از غذا
				صبح	بعد از 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 قباد آبانگاه فوق تخصص گوارش ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر: مطب حوزة علمیه	دکتر مسعود مامی فوق تخصص گوارش ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر: سعدی جنوبی - بالاتر از داروخانه خاتم الانبیا
دکتر شاهین شهبازی فوق تخصص گوارش ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر: روبروی بیمارستان امام خمینی - مجتمع اسبیا	دکتر بهزاد بدخش فوق تخصص گوارش ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر:
دکتر غلامرضا نوری فوق تخصص گوارش ادرس مطب صبح : کلینیک فجر انقلاب عصر: مطب پشت داروخانه خاتم الانبیا	

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

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

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