



آموزش ترخیص ایمن

راهنمای جامع شما برای ادامه مراقبت در منزل

تهیه شده توسط واحد آموزش بیمارستان و زایشگاه پاستورنو مشهد

آنچه ممکن است فکر کنید

ترخیص از بیمارستان به معنی
پایان درمان و مراقبت است.



واقعیت مسیر درمان

ترخیص، شروع مرحله‌ای جدید و
حیاتی از مراقبت در منزل است.



رعایت این نکات به شما کمک می‌کند مراقبت‌های خود را با اطمینان ادامه دهید.

۵ ستون اصلی برای یک ترخیص ایمن



توجه به
علائم هشدار



مصرف صحیح
داروها



ویزیت‌های
پیگیری



پیگیری نتایج
آزمایش‌ها



آموزش و
پرسش سوالات

ستون اول: شناخت علائم هشدار (چه زمانی باید اقدام کرد؟)

بعضی علائم پس از ترخیص طبیعی و قابل انتظار هستند. روند بهبودی را زیر نظر داشته باشید.



درد شدید یا غیرعادی
تب
تنگی نفس
خونریزی
کاهش سطح هوشیاری
استفراغ مکرر یا بدتر شدن ناگهانی وضعیت

منتظر نمانید! در صورت بروز این علائم، بلافاصله طبق دستور تیم درمان برای دریافت کمک پزشکی اقدام کنید.

ستون دوم: مدیریت دقیق داروها



داروهای قبلی (قبل از بستری) را بدون هماهنگی با پزشک دوباره شروع نکنید.

داروهای جدید را خودسرانه قطع نکنید.

مقدار مصرف داروها را خودسرانه کم یا زیاد نکنید.



✓ داروهای جدید را دقیقاً طبق دستور (زمان، مقدار و تعداد دفعات) مصرف کنید.

✓ فهرست داروهای خود را همیشه نزد خود نگه دارید.

✓ در صورت عدم اطمینان، از پزشک، پرستار یا داروساز سؤال کنید.

ستون سوم و چهارم: نقشه راه پیگیری درمان

یادداشت تاریخ مراجعه

تاریخ و زمان مراجعه بعدی (برای معاینه یا تعویض پانسمان) را یادداشت کنید و به تأخیر نیندازید.

پیگیری نتایج نامشخص

اگر هنگام ترخیص نتیجه آزمایشی آماده نبود، مطمئن شوید از چه طریقی و کی باید آن را پیگیری کنید.

۲

انجام دستورات جدید

آزمایش‌ها یا تصویربرداری‌های درخواست‌شده را در زمان تعیین‌شده انجام دهید.

۳

همراه داشتن مدارک

تمام نتایج و مدارک پزشکی را نگهداری کرده و در مراجعه بعدی همراه خود ببرید.

۴

ستون پنجم: قدرت پرسش‌گری

هیچ سؤالی بی‌اهمیت نیست. حتماً سؤال کنید!



اگر درباره بیماری یا مراقبت در منزل ابهامی دارید، قبل از ترک بیمارستان پرسید.

همچنین، کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در طبقه همکف بیمارستان، همه‌روزه به‌جز ایام تعطیل، از ساعت ۹ تا ۱۲ به‌صورت رایگان آماده پاسخگویی به سؤالات شماست و یا حتی برای دریافت راهنمایی می‌توانید با شماره ۰۵۱۳۱۸۴۷ داخلی ۱۶۱ تماس بگیرید.

نقش حیاتی همراه بیمار

شریک در آموزش

اگر قرار است در منزل از بیمار مراقبت کنید، شما نیز باید تمام آموزش‌های لازم را دریافت کنید.

اجرای دقیق مراقبت‌ها

مراقبت از زخم، تعویض پانسمان، تزریقات یا سایر مراقبت‌های **تخصصی** تخصصی باید دقیقاً مطابق آموزش‌های ارائه‌شده انجام شود.



ترخیص ایمن نیازمند یک کار تیمی در منزل است.

آماده‌سازی محیط امن در منزل

ایمنی کودکان

تمامی داروها را در محل مناسب و کاملاً دور از دسترس کودکان قرار دهید.



امنیت مدارک

برگه ترخیص و مدارک پزشکی خود را در جای امن و قابل دسترس نگهداری کنید.



مراقبت عملی

پانسمان و مراقبت‌های فیزیکی را تنها بر اساس آموزش آموزش‌های استاندارد تیم درمان انجام دهید.



سبک زندگی

دستورهای مربوط به رژیم غذایی، استراحت و میزان فعالیت بدنی را به دقت رعایت کنید.



چک‌لیست نهایی ترخیص ایمن

پیش از خروج از بیمارستان، مطمئن شوید پاسخ این ۵ سؤال را می‌دانید:



آیا می‌دانم چه داروهایی را چگونه باید مصرف کنم؟ (داروها)



آیا می‌دانم در منزل چه مراقبت‌های عملی (مثل پانسمان) باید انجام دهم؟ (مراقبت)



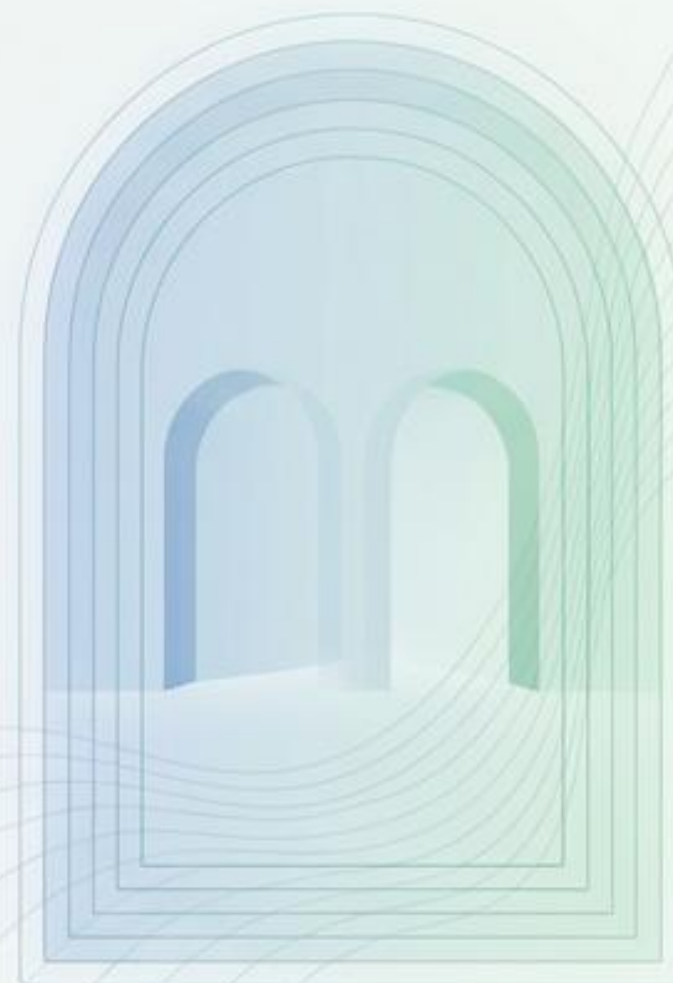
آیا می‌دانم چه علائم هشدار را باید جدی بگیرم؟ (علائم)



آیا می‌دانم چه زمانی برای پیگیری درمان مراجعه کنم؟ (پیگیری)



آیا می‌دانم در صورت بروز مشکل از چه کسی کمک بگیرم؟ (پشتیبانی)



شبکه پشتیبانی شما (ما همیشه در کنار شما هستیم)

کلینیک پرستاری آموزش سلامت



مشاوره و پاسخگویی کاملاً رایگان

همه‌روزه (به جز ایام تعطیل) از ساعت ۹ صبح تا ۱۲ ظهر

طبقه همکف بیمارستان

تلفن: ۰۵۱۳۱۸۴۷
داخلی: ۱۶۱



از اینکه به سلامت خود و عزیزانتان اهمیت می‌دهید، سپاسگزاریم.

بیمارستان و زایشگاه پاستورنو مشهد

همراه شما در مسیر سلامت