

 شماره سند: ۰۳-۰۰۱-PE-F کد برنامه مدون: تاریخ تدوین: ۱۳۹۸/۱۲/۵ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۰/۱۲/۵ تاریخ بازنگری جدید: ۱۴۰۳/۲/۲ Mashhad University of Medical Sciences		عنوان سند: فرم برنامه مدون آموزشی بیماران
		ریاست مجتمع اداره برنامه ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت

برنامه مدون بخش: جراحی	تشخیص بیماری: زایمان طبیعی
لیست کدهای ضروری: A1-A6 - B9 - B5 - B1 - B6 - B2 - B7 - B4 - B11 - B12 - B13 - B14 - B15 - C1 - C2 - C3 - C4 - C5 - C6 - C7	

اولویت	کد آموزشی	عنوان کد	موارد آموزشی
اولویت ۱ (بدو ورود)	A1-A6	بدو پذیرش	دادن پمفلت "آشنایی با بخش جراحی" و بیان حداقلات که شامل (آشنایی با بخش، فضای فیزیکی، قوانین و مقررات بخش و نحوه احضار پرستار) می باشد.
اولویت ۲	B6	ایمنی و احتیاطات	حتما نرده های کنار تخت بالا باشد. و استفاده از زنگ اخبار در صورت نیاز
اولویت ۳	B9	نشانه های خطر حین بستری	خونریزی زیاد - درد شدید زیر شکم - سرگیجه
اولویت ۴	B5	تغذیه و رژیم غذایی	رژیم غذایی مادران شیرده باید حاوی شیر به میزان کافی و پروتئین و کالری و کلسیم کافی باشد و مایعات فراوان توصیه می شود.
اولویت ۵	B2	زمان، نحوه میزان، مدت و مصرف صحیح عوارض دارو	داروها تجویز شده را کاملاً استفاده نمایید و در صورت تجویز انتی بیوتیک دوره انتی بیوتیک را بطور کامل مصرف نمایید. توصیه می شود تا سه ماه بعد از زایمان از آهن استفاده نمایید.
اولویت ۶	B7	مدیریت درد	درد ناشی از انقباضات رحم در پی شیردهی (بعلت برگشت رحم به حالت قبل از حاملگی) ممکن است احساس شود و قابل تسکین با مسکن تجویز شده توسط پزشک معالج شماست.

اولویت	کد آموزشی	عنوان کد	موارد آموزشی
اولویت ۷	B4	میزان فعالیت	سعی کنید مرتباً راه بروید چرا که راه رفتن از نفخ و یبوست شما جلوگیری می کند. به خاطر داشته باشید استراحت کافی در فواصل فعالیت به تسریع بهبود پس از زایمان کمک می کند. در منزل از انجام کارهای خسته کننده و برداشتن اجسام سنگین خودداری شود.



مراقبت محل اپی: در صورت مشاهده تب، التهاب ناحیه اپی مانند قرمزی، درد، تورم، ترشح و خونریزی به جهت رویت ناحیه عمل توسط پزشک حتما به پرستار اطلاع دهید. محل پرینه با آب ولرم شسته و خشک شود.	مراقبت از زخم	B12	اولویت ۸
شستشوی دست مهمترین اقدام لازم در پیشگیری از عفونتهاست که به طور دقیق و صحیح به بیمار آموزش داده شود.	مسائل بهداشت فردی	B13	اولویت ۹
از غذاهای ملین به منظور پیشگیری از یبوست استفاده نمایید. برا جلوگیری از فشار به محل بخیه ها از توالت فرنگی استفاده کنید.	الگوی دفع	B15	اولویت ۱۰
✓ بهتر است جهت معاینه ، ده روز بعد از ترخیص به پزشک معالج مراجعه کند. ✓ مراقبت محل اپی: در صورت مشاهده تب، التهاب ناحیه اپی مانند قرمزی، درد، تورم، ترشح و خونریزی به جهت رویت ناحیه عمل توسط پزشک حتما به پرستار اطلاع دهید. ✓ داروها تجویز شده را کاملا استفاده نمایید و در صورت تجویز انتی بیوتیک دوره انتی بیوتیک را بطور کامل مصرف نمایید. توصیه می شود تا سه ماه بعد از زایمان از آهن استفاده ننمایید. ✓ سعی کنید مرتباً راه بروید چرا که راه رفتن از نفخ و یبوست شما جلوگیری می کند. به خاطر داشته باشید استراحت کافی در فواصل فعالیت به تسریع بهبود پس از زایمان کمک می کند. در منزل از انجام کارهای خسته کننده و برداشتن اجسام سنگین خودداری شود. استفاده از یک روش پیشگیری مطمئن. استفاده از مواد غذایی سرشار از آن. ✓ رژیم غذایی مادران شیرده باید حاوی شیر به میزان کافی و پروتئین و کالری و کلسیم کافی باشد و مایعات فراوان توصیه می شود. ✓ معمولاً مادران باردار به دنبال زایمان طبیعی بدون عارضه می توانند بعد از ترخیص ورزشهای سبک را تحت نظر پزشک معالج شروع کنند. ✓ خونریزی زیاد - درد شدید زیر شکم - ترشحات بدبو	C1- C2 زمان ترخیص		اولویت ۱۱

 شماره سند: F-PE-۰۰۱-۰۳ کد برنامه مدون: تاریخ تدوین: ۱۳۹۸/۱۲/۵ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۰/۱۲/۵ تاریخ بازنگری جدید: ۱۴۰۳/۲/۲ Mashhad University of Medical Sciences		عنوان سند: فرم برنامه مدون آموزشی بیماران ریاست مجتمع اداره برنامه ریزی ارزیابی و بهبود کیفیت
--	---	---

✓ به بیماران توصیه شود در شرایط حاد و بحرانی حتما به نزدیکترین اورژانس (بیماران شهرستانی به اورژانسهای شهر خود) مراجعه نمایند.		
---	--	--

