

واحد بهبود کیفیت آموزش و پژوهش		هو الشافی		 دارای گواهینامه استاندارد ایزو ۹۰۰۱ در مدیریت کیفیت و درجه یک عالی ارزیابی
		عنوان سند: کارت ترخیص و ثبت آموزش های ارایه شده توسط پزشک و پرستار به بیمار در زمان ترخیص		
		شماره سند: 7539-ف	شماره بازنگری: 12	
تاریخ آخرین بازنگری: 1403/02/20		تاریخ آخرین ابلاغ: 1403/03/10		شماره پرونده: Unit Number:
تشخیص بیماری:		فشار خون بالا		
نام خانوادگی: Fmily Name		نام: Name		نام پدر: Father s Name
تاریخ تولد: Date of Birth		بخش: Ward		
تاریخ بستری: Date Of Admission		اتاق: Room تخت: Bed		نام خانوادگی: Fmily Name
تاریخ بستری:		تاریخ بستری:		
آیا بیمار سابقه ای بیماری زمینه ای دارد؟ آیا بیمار نیاز به ارجاع به واحد مراقبت در منزل دارد؟				
آموزشهای لازم جهت مصرف داروها				
ردیف	نام و میزان مصرف دارو	ساعت مصرف	نحوه مصرف و عوارض دارو	کد رهگیری دارو:
۱				
۲				
۳				
۴				
۵				
آموزشهای ارائه شده به بیمار		محتوای آموزشی ارائه شده		
محدود/میزان فعالیت های فیزیکی		پیاده روی و قدم زدن برای شما مفید است تا زمانی که احساس تنگی نفس و درد قفسه سینه و سرگیجه ندارید، پیاده روی را ادامه دهید. با دستور پزشک، در ابتدا ترخیص سه بار در روز و هر بار ده دقیقه ورزش سبک داشته باشید، کم کم می توانید مدت زمان ورزش را زیاد کنید. دوچرخه سواری و شنا بسته به اجازه ی پزشک می تواند برای شما مفید باشد.		
تغذیه و رژیم درمانی		رژیم کم نمک و کم چربی میل کنید. میوه و سبزیجات میل کنید. غذاهای ملین میل کنید تا اجابت مزاج راحتی داشته باشید. میوه هایی مثل موز، زردآلو، انجیر، هلو، انگور می تواند به کاهش فشار خون کمک کند.		
برنامه باز توانی و مراقبت های توانبخشی		چهره به چهره و مکتوب		
زمان و نحوه مراجعه مجدد به درمانگاه / پیگیری ها و نتایج تست های معوقه		کنترل فشارخون به صورت منظم داشته باشید. طبق دستور پزشک در تاریخ (.....روز بعد از ترخیص) به پزشک مراجعه کنید. در صورت بروز علائم خطر به صورت اورژانسی به پزشک مراجعه کنید.		
علائم هشدار جهت مراجعه فوری به اورژانس بیمارستان / پزشک		چهره به چهره و مکتوب		
سایر موارد آموزشی		در صورت درد قفسه سینه، گردن، بازو، دست چپ و حتی پشت، چانه و تنگی نفس، ضربان قلب سریع یا آهسته، اضطراب و بیقراری سریعاً به بیمارستان / پزشک مراجعه کنید.		
ارتباط با بیمارستان امام حسین (ع)		مددجوی گرامی پمفلت مربوط به بیماری خود را از پرستار دریافت نموده و مطالعه کنید و سپس کلیه سوالات خود را از پرستار بپرسید. مراجعه کننده گرامی در صورت بروز هر گونه سوال و ابهام در رابطه با آموزش های داده شده می توانید با شماره تلفن ۳۲۷۸۷۶۶۵ "کلینیک پرستاری آموزش سلامت" تماس بگیرید. کارشناسان ما در این کلینیک روزهای اداری از ساعت ۷:۰۰ تا ۱۳:۰۰ پاسخگوی شما عزیزان می باشند.		
۱ - وب سایت بیمارستان به آدرس https://imhh.ir/download/pamflet/		۲ - اسکن بارکد مقابل بانرم افزار بارکد خوان تلفن همراه ورود مستقیم به صفحه مطالب آموزشی سایت بیمارستان		
اینجانب تایید می نمایم که آموزشهای فوق را دریافت نموده ام		بیمار با دستورات دارویی و ارائه آموزش های خود مراقبتی مرخص گردید		
امضاء یا اثر انگشت بیمار		مهر و امضا پرستار		
شماره تلفن بیمارستان ۳۲۷۸۷۰۰۱ - ۹ به صورت شبانه روزی آماده پاسخگویی به سوالات احتمالی شما خواهد بود		این فرم در ۲ نسخه تهیه شده که یک نسخه از فرم در پرونده گذاشته و نسخه دیگر تحویل بیمار می گردد.		