

بیمارستان کودکان حکیم

فرم ثبت آموزشی به بیمار (فرم شماره دو)

PATIENT EDUCATION SHEET

(راهنمای ترخیص بیماران با مشکلات تنفسی)

نام خانوادگی: Family Name:				نام: Name:		بخش: Ward:		پزشک معالج: Attending Physician:	
نام پدر: Father Name:				تاریخ تولد: Date of Birth:		اتاق: Room:		تاریخ پذیرش: Date of Admission:	
شماره پرونده: Unit Number:				(راهنمای ترخیص بیماران با مشکلات تنفسی)					
عناوین آموزشی		آموزش پزشک و پرستار						ملاحظات	
دارو ها میزان، زمان راه مصرف و عوارض		استفاده از قطره شستشوی بینی چنانچه کودک طبق دستور پزشک لازم است اسپری استفاده کند به این روش استفاده نمایید: اسپری را در دمیار قرار دهید سپس در صورتی که کودک متوجه منظور شما می شود از او بخواهید نفس عمیق بکشد و پاف اول را وارد سازید. اما در صورتی که کودک متوجه منظور شما نمی شود با توجه به شکم وی زمان دم (بالا آمدن شکم) پاف اول را وارد کنید. تعداد پاف طبق دستور پزشک						وزن کودک:	
رژیم غذایی (غذاهای مجاز و غیر مجاز و ..)		مایعات فراوان بخورد. استفاده از غذاهای پُرانرژی، پُر ویتامین و پُر پروتئین مثل گوشت، پرتقال، لیموشیرین، سبزیجات تازه و... جهت کودک در تعداد وعده های بیشتر و حجم کمتر (متناسب با سن کودک)							
مراقبتهای لازم در منزل (مراقبت از زخم، محل جراحی و عضو آسیب دیده)		قبل از تغذیه کودک و بعد از تماس با کودک دستانتان را بشوئید - کودک استراحت کافی داشته باشد - در معرض دود سیگار و هوای آلوده و سرد قرار نگیرد. قراردادادن کودک در حالت نیمه نشسته تا بتواند ترشحات خود را تخلیه کند و درضمن راه هوایی وی باز باشد و بهتر تنفس کند. کمک به تخلیه ترشحات کودک از طریق فیزیوتراپی تنفسی (کودک را به پهلو برگردانید و با کف دست ضربه های آرام و ریز در ناحیه کتف و زیر آن وارد کنید) و یا تشویق کودک به سرفه و تنفس عمیق پایین آوردن تب کودک از طریق تن شویه با آب ولرم در نقاط صحیح از جمله زیر بغل و کشاله ران و استفاده از استامینوفن طبق دستور پزشک استفاده از پوار یا فین گیر برای باز کردن بینی کودک ☐ استفاده از دستگاه بخور سرد در اتاق کودک (دستگاه بخور را روزانه تمیز کنید). ☐ عدم استفاده از دستگاه بخور سرد							
فعالیت و حرکت در منزل (تغذای مناسب)		محدودیت حرکتی ندارد ☐ محدودیت حرکتی دارد ☐							
(مراجعه سرپرست)		حرکات الاکلنگی در هنگام تنفس کودک در ناحیه قفسه سینه و شکم - حرکت پره های بینی کودک هنگام تنفس - خس خس سینه - تنگی نفس - تب بالاتر از ۳۸/۵ - تعداد تنفس زیاد شود - کیبودی لبها و دهان - خواب آلودگی							
چنانچه کودک در ۲۴ تا ۴۸ ساعت پس از ترخیص دچار اسهال و استفراغ، تب و مشکلات تنفسی یا سوزش ادرار شد به اورژانس مراجعه و جهت پاسخگویی هر سوال از ساعت ۱۱-۹ روزهای کاری هفته با شماره تلفن بیمارستان سپس داخلی ۳۶۲ با پرستار پیگیری تماس بگیرید.									
نتایج معوقه تست های پاراکلینیک ☐ دارد ☐ ندارد ☐ مراجعه به پزشک با جواب توضیحات:									
تلفن: ۶۷۶۴۸۰۰۰		اطلاعات: ۶۷۶۴۸۱۰۰		داخلی مددکاری: ۳۵۸		سوپروایزر: ۳۴۷		آزمایشگاه: ۶۷۶۴۸۲۰۵	
زمان مراجعه به پزشک: اگر کودک شما با توصیه مصرف آنتی بیوتیک در منزل مرخص شده حتماً یک هفته بعد از ترخیص به پزشک مراجعه کنید. مکان مراجعه: ☐ اورژانس ☐ مراجعه به درمانگاه با وقت قبلی از طریق وبسایت نوبت دهی بیمارستان: nobat724.tums.ac.ir									
بسته آموزش بیمار (شامل مطالب آموزشی در خصوص بیماریهای اطفال و مراقبتها) از سایت بیمارستان www.hch.tums.ac.ir بخش آموزش بیمار قابل استفاده می باشد.									
مهر و امضای پزشک:		مهر و امضای پرستار:		امضای بیمار یا همراه:					
جهت مطالعه سایر آموزشها مربوط به کووید و آنفلوآنزا به پشت برگه مراجعه نمایید:									

شیردهی: چنانچه مادر مبتلا به کووید یا آنفلوانزا است : شیرمادر بعد از دست شستن توسط مادر و زدن ماسک دوشیده شود و توسط شخص مراقب شیرخوار به وی طبق نیازش (هر وقت خواست) داده شود و یا در صورت دستور پزشک شیر خشک استفاده گردد. مادر سالم است یا از کووید بهبودی پیدا کرده: در صورت بهبودی و ترخیص مادر بعد از شستن سینه، دست و زدن ماسک به شیرخوار، شیر دهد. در صورت شیردهی توسط مادر بعد از اتمام شیردهی در منزل نیز فاصله ۲ متری بین مادر و کودک تا ۱۰ روز حفظ شود.
توصیه های دارویی: قطره استامینوفن: به ازای هر کیلو وزن کودک ۲ قطره استامینوفن هر ۴ ساعت (نوزاد و کودک زیر سه ماه با پزشک مشورت شود) در صورتیکه که پزشک آنتی بیوتیک تجویز نموده است دقیقاً طبق دستور استفاده نمایید.
قرنطینه: فرد مبتلا به کووید چه کودک باشد و چه مراقب کودک باید فاصله امن مراعات شود و نگهداری از کودک باید به شخصی سپرده شود که دارای وضعیت سلامت مطلوب بوده و دارای ضعف سیستم ایمنی و یا بیماری زمینه‌ای نباشد. قبل از تغذیه نوزاد حتماً مادر یا مراقب نوزاد دستها را بشوید و در طول مدت بیماری (یک هفته تا ده روز) از ماسک استفاده نماید. حتی‌المقدور سایر افراد خانواده در یک اتاق مجزا باشند. در صورتی که این شرایط امکان پذیر نباشد، اعضای خانواده بایستی یک و نیم تا دو متر از نوزاد یا کودک فاصله داشته باشند.
شستشوی دست: بعد از هر تماس با شیرخوار و مکان نگهداری وی، مراقب و یا افراد خانواده، شستشوی دست به مدت ۲۰ ثانیه انجام دهند. دستها قبل و بعد از آماده کردن و خوراندن شیر به کودک و یا هر زمانی که فرد احساس کند که دست‌های وی آلوده است باید شسته شود. پس از شستشوی دست با آب و صابون از دستمال کاغذی برای خشک کردن دست‌ها استفاده کنند. در صورت عدم دسترسی به دستمال کاغذی می‌توان از حوله‌های پارچه‌ای استفاده نمود که در این صورت بایستی به محض خیس شدن حوله دیگری جایگزین شود.
استفاده از ماسک در مراقب کودک یا نوزاد: دوره شیوع و همه گیری کرونا گذشته است بنابراین استفاده دائمی از ماسک می‌تواند سیستم ایمنی را ضعیف کند. فقط در مواقعی که احتمال بیماری تنفسی واگیردار (کووید، آنفلوانزا) فرد هست از ماسک استفاده نمایید . استفاده از ماسک برای کودکان: ✓ عدم استفاده از ماسک در کودکان زیر دو سال، کودکان دارای اختلالات شناختی یا تنفسی شدید، کودکان دچار اختلالات تکاملی یا ناتوانی و کودکان دچار کم شنوایی یا مشکلات شنوایی (رعایت بهداشت، حفظ فاصله اجتماعی ، استفاده از شیلد یا محافظ صورت) ✓ کودکان ۱۲-۲ سال ، استفاده از ماسک با نظارت مناسب و مداوم یک بزرگسال آگاه ✓ کودکان بالای ۱۲ سال مانند بزرگسالان می توانند از ماسک استفاده کنند ✓ استفاده از ماسک برای کودکان دارای نقص ایمنی یا برای کودکان مبتلا به فیبروز کیستیک با مشورت پزشک ✓ استفاده از ماسک در کودکان دچار اختلالات تکاملی، ناتوانی ها یا سایر شرایط خاصی که با استفاده از ماسک تداخل ایجاد می‌کند، نباید اجباری باشد و باید توسط پزشک کودک مورد بررسی قرار گیرد.
نظافت محیط بیمار: در زمان تمیز نمودن کودک بیمار و محیط اطراف نوزاد بهتر است از دستکش و ماسک استفاده کنید. سطوحی که کودک با آن در تماس است مانند محل تعویض پوشک باید روزانه تمیز و ضد عفونی شود. برای ضدعفونی کردن این وسایل می‌توان از شوینده‌های خانگی استفاده کرد زباله های مرتبط با نوزاد مانند پوشک، زباله عفونی است و در سطل درب دار انداخته شود.
شستشو و نظافت لباس و ملحفه‌ها: استفاده از ملحفه های شخصی و ظروف اختصاصی که بتوان پس از استفاده از آنها با آب و صابون قابل شستشو باشد بلامانع است.لباس، ملحفه ، حوله حمام و... روزانه و به طور مرتب با صابون لباس شویی و یا در ماشین لباسشویی با آب گرم شسته و کاملاً خشک شوند.
استفاده از مطالب آموزشی بیمارستان کودکان حکیم از طریق: سایت بیمارستان: از آدرس www.hch.tums.ac.ir قسمت آموزش بیمار

تهیه شده توسط واحد آموزش به بیمار

سیدعلیرضا اسلامبولی زاده (سوپروایزر آموزش به بیمار)