

فرم آموزش مددجو مشکوک به کرونا

نام و نام خانوادگی بیمار:

سن:

تحصیلات:

شماره تلفن تماس:

شماره پرونده:

تاریخ بستری:

تاریخ ترخیص:

دانش و مهارتی که باید مددجو کسب کند

مهر و امضاء پرستار آموزش دهنده

۱- معرفی پزشک، پرستار و محیط فیزیکی، قوانین و مقررات بخشی مربوطه ۲- نکات ایمنی: نرده کنار تخت بالا باشد -مراقبت از اتصالات (پالس اکسیمتری ،لاین وریدی، کانولای اکسیژن، ماسک اکسیژن ، ست سرم ، سوند ادراری) در صورت نیاز به خروج از تخت پرستار مسئول خود را مطلع نمایید تا در صورت نیاز اتصالات شما قطع گردد -زنگ احضار پرستار در دسترس باشد.
۳- نکات بهداشتی: دست هایتان را مکرر قبل و بعد از غذا و قبل و بعد از استفاده از سرویس بهداشتی حتماً با آب و صابون به مدت ۶۰-۴۰ ثانیه بشویید - رعایت فاصله به اندازه ۲ متر از سایرین- از وسایل شخصی استفاده ننماید.
۴- استفاده صحیح از ماسک: بسیار اهمیت دارد، آموزش روش صحیح استفاده آن و این که پس از استفاده از ماسک آن را در سطل آشغال زرد رنگ درب دار بیاندازند.

۱- بیماری و نحوه درمان: نوع جدیدی از ویروس است. که باعث ایجاد بیماری تنفسی در افراد می شود. این ویروس از ۲ ساعت تا ۹ روز می تواند روی سطوح باقی بماند و می تواند از فردی به فرد دیگر براهتی گسترش یابد این امر معمولاً از طریق قطرات تنفسی و لمس سطوح آغشته به ویروس انتقال می یابد که می تواند مستقیم (تماس با فرد بیمار) و یا غیر مستقیم (تماس با سطوح مانند: موبایل، موس کامپیوتر، میز، صندلی، کلید، آسانسور، دستگیره ها) باشد. درمان آن آنتی بیوتیک تراپی و داروهای ضد ویروس می باشد.

علائم بیماری: ممکن است بیمار مبتلا به عفونت حاد تنفسی فوقانی بدون عارضه و با علائم خفیف مانند تب، سرفه، گلودرد احتقان و آبریزش بینی -بی حالی- سردرد یا درد عضلانی

۲- اقدامات تشخیصی: انجام تست مخصوص کرونا و در صورت لزوم سی تی اسکن ریه انجام می شود

۳- نشانه های خطر حین بستری: افزایش تب و لرز، افزایش یا کاهش تعداد تنفس و یا تنگی نفس

۴- تغذیه: مصرف مایعات فراوان در روز ۸-۶ لیوان تا ترشحات راحت تر تخلیه گردد - جهت راحتی تنفس غذا بصورت حجم کم در دفعات زیاد مصرف شود- مصرف مواد غذایی با انواع ویتامین ها خصوصاً ویتامین سی (مرکبات، کیوی، آناناس، اسفناج، انواع کلم و گل کلم، سلغم، گوجه فرنگی، فلفل دلمه ای)، ویتامین گروه بی (غلات سبوس دار، حبوبات، مغزهای خام که جهت تقویت سیستم ایمنی بسیار مفید است)، ویتامین دی (در لبنیات و ماهی های چرب، زرده تخم مرغ و یا ۲۰ دقیقه استفاده از نور ملایم آفتاب) و همچنین مصرف روی (در گوشت قرمز، مرغ، ماهی، تخم مرغ و غلات کامل و حبوبات). - مواد غذایی گوشتی و تخم مرغ را خوب بپزید. تاکید میشود که فرد بیمار غذا تهیه نکند

۵- تداخلات غذا و دارو: آنتی بیوتیکهای خوراکی ۱ تا ۲ ساعت قبل از غذا خورده شود تا جذب بهتری داشته باشند.

هیدروکسی کلروکین: دارو را به موقع و سر ساعت مصرف کنید.

به فاصله چهار ساعت قبل و بعد از مصرف دارو از مصرف ترکیبات آنتی اسید مثل شربت و قرص و شربت آلومینیوم ام جی اس و شربت منیزیم هیدروکسید خودداری کنید

۷- برنامه خودمراقبتی در منزل: داروها طبق دستور پزشک مصرف نمایند. پوشاندن دهان و بینی بیمار در هنگام سرفه یا عطسه با دستمال کاغذی و معدوم کردن صحیح آن که به دنبال آن بهداشت دست نیز باید رعایت گردد در صورت نبود دستمال کاغذی عطسه زدن داخل آستین آرنج انجام شود. فرد بیمار مطلقاً نباید از ماسک N95 استفاده کند. ماسک طبی باید کامل روی دهان و بینی بیمار را بپوشاند و ماسک های طبی هر ۳ ساعت تعویض شوند (به هیچ وجه قابل شستشو نیستند). اگر ماسک فرد مراقبت کننده، با ترشحات تنفسی و سرفه بیمار آلوده گردد، باید فوراً تعویض شود. مواد مورد استفاده برای پوشاندن دهان و بینی بعد از استفاده داخل سطل زباله دربردار داخل اتاق بیمار انداخته شود ۸- فضای استراحت: شما باید در یک اتاق جداگانه و با تهویه مناسب (درب و پنجره قابل باز شدن باشد) استراحت کنید و اطمینان حاصل کنید که فضاهای مشترک مانند: آشپزخانه، حمام نیز به خوبی تهویه می گردند. بهتر است یک نفر که وضعیت سلامتی خوبی دارد برای مراقبت از بیمار اختصاص داده شود. از تردد به اتاق بیمار خودداری شود و از سایر افراد خانوار فاصله حداقل ۱ متر را حفظ کند. و بایستی استفاده از ظروف غذایی مشترک، سیگار مشترک (به منظور اجتناب از آلودگی با ترشحات دهانی فرد بیمار)، حوله و یا ملحفه های مشترک خودداری شود.

۹- میزان فعالیت: به بیمار توصیه می شود به اندازه کافی استراحت نماید (در صورتی که تنگی نفس دارد وضعیت نیمه نشسته باشد).

۱۰- مراقبت از زخم: جهت جلوگیری از زخم گلو، استفاده از محلول نمکی برای غرغره کردن و همچنین استفاده از دهانشویه کمک کننده خواهد بود- جایجایی در تخت جهت جلوگیری از زخم بستر

۱۱- لباس و ملحفه بیمار در ماشین لباسشویی با آب ۶۰ تا ۹۰ درجه شسته و کاملاً خشک شوند.

۱- داروهای پس از ترخیص: هرگز مصرف دارو را فراموش نکنید از شکستن و یا خرد کردن قرص اجتناب کنید و قرص را به صورت کامل با یک لیوان آب مصرف کنید.

۲- برنامه خودمراقبتی در منزل (بهداشت تنفسی) و ۳- تغذیه پس از ترخیص: شامل همان موارد گفته شده در سطرهای بالایی باشد.

۴- نشانه های خطر پس از ترخیص: در صورتیکه سرفه شما بدتر شد و یا مجدداً تب کردید یا تنگی نفس شما شدید شد بلافاصله به مرکز درمانی مراجعه کنید. در صورت داشتن سوال می توانید با تلفن های ۱۹۱ و ۴۰۳۰ تماس بگیرید. ۵- ارائه ابزار آموزشی مناسب: (پمفلت، معرفی سایت و...)

۶- زمان و مکان مراجعه بعدی به پزشک:

۷- سایر آموزش ها (بر اساس نیاز بیمار از فضای پشت برگه استفاده نمایید)

مهر و امضاء پزشک -پرستار آموزش دهنده