



Attending Physician:	پزشک معالج:	Ward:	بخش:	Name :	نام :	Family:	نام خانوادگی:
Date of Admission:	تاریخ پذیرش:	Room:	اتاق:	Data of Birth :	تاریخ تولد:	Fathers Name:	نام پدر:
		Bed:	تخت:				

## آموزش پزشک / پرستار

## مراقبت های لازم در منزل

## مراقبت از زخم و استحمام :

- ❖ قبل از ترخیص پانسمان برداشته شود ، نیازی به پانسمان مجدد نیست محل آن را خشک و تمیز نگه دارید و از مالیدن کرم و مواد گیاهی و لیف کشیدن روی آن اجتناب کنید
- ❖ دوش گرفتن ۲۴ ساعت بعد از آنژیوپلاستی ، بلا مانع است به شرطی اینکه کوتاه ، با آب ولرم و شرایط کم بخار باشد ، تا ۱ هفته از نشستن در وان یا لگن حمام خودداری کنید

## فعالیت :

- ❖ یکی ، دو روز پس از ترخیص فعالیت های روزمره خود را در حد اعتدال از سر بگیرید
- ❖ تا یک هفته از نشستن ، ایستادن و قدم زدن طولانی ، ، چهار زانو زدن ، جمبای زدن ، همچنین زور زدن ، فعالیت جنسی و کشیدن یا هل دادن و بلند کردن اجسام سنگین تر از ۲،۵ کیلو خودداری کنید. (تا ۱ هفته نماز به صورت نشسته خوانده شود)
- ❖ در صورت جاگذاری استنت باید از ورزش های شدید به مدت ۳۰ روز دوری کنید
- ❖ تا یک هفته از کوهنوردی یا راه رفتن از سرازیری یا سربالایی پرهیز شود
- ❖ تا ۷۲ ساعت رانندگی نکنید و از رانندگی طولانی مدت پرهیز کنید
- سایر نکات:
- ❖ در صورت آنژیو از شریان دست از خم کردن مچ دست ، نوشتن و تایپ تا ۴۸ ساعت خودداری شود چون خم کردن زیاد و شدید آن باعث خونریزی میشود
- ❖ هنگام بلند شدن از روی زمین یا صندلی وزن بدن را روی دست مربوطه نباشد
- ❖ در هنگام راه رفتن از پله ها از پایی که آنژیو شده استفاده نشود
- ❖ پرهیز از استرس های فیزیکی مثل گرما و سرمای شدید ، استرس های روحی ، هوای آلوده و شلوغ
- ❖ احتیاط هنگام کار با وسایل تیز و برنده (چاقو، تیغ)
- ❖ در ۴ هفته اول پس از استنت گذاری ، نباید ام آر ای بدون تایید متخصص قلب صورت گیرد
- ❖ با وجود درمان آنژیوپلاستی و تعبیه استنت احتمال تنگی مجدد ۱۰ تا ۱۵ درصد بیماران وجود دارد لذا برای پیشگیری از تنگی مجدد با رعایت رژیم غذایی ، قطع مصرف سیگار ، پیاده روی و متعادل کردن وزن میتوانید از عود مجدد بیماری پیشگیری کنید .

## مصرف دارو:

آسپرین: هفته اول: روزی عدد از هفته دوم تا زمانی که پزشک دستور داده: روزی عدد  
 پلاویکس (اسویکس=کلوپیدوگرل): هفته اول: روزی عدد از هفته دوم تا زمانی که پزشک دستور داده: روزی عدد  
 در صورت تجویز داروهای بالا و همچنین سایر داروهای تجویز شده توسط پزشک طبق دستور سروقت مصرف نمایید، کم و زیاد نکنید و خودسرانه قطع نکنید  
 آسپرین را با معده پر مصرف کنید و در صورت خونریزی از بینی و لثه و خلط خونی ، خون در ادرار یا مدفوع قیری رنگ و خون مردگی در بدن سریعاً به پزشک یا مراکز درمانی مراجعه نمایید  
 سایر داروها :

زمان و مکان مراجعه به پزشک:

امضاء و اثر انگشت بیمار یا همراه بیمار

مهر و امضاء پرستار

مهر و امضاء پزشک

تغذیه :

- ❖ رژیم غذایی کم نمک و کم چربی ، سبک با حجم کم در تعداد دفعات زیاد جهت رفع یبوست غذاهای پرفیبر ( میوه، سبزی، کاهو، لوبیا ... ) به همراه مایعات کافی استفاده کنید
- ❖ مصرف روغن زیتون، آفتاب گردان به جای روغن حیوانی محدود کردن گوشت قرمز؛ سوسیس ؛ لبنیات پرچرب ؛ غذاهای سرخ کردنی و غذاهای نفاخ ، مصرف گوشت ماهی و مرغ

**علائم هشدار دهنده که در صورت وقوع لازم است سریعا مراجعه شود.**

**\* خونریزی و تورم ناگهانی محل انژیو \* درد قفسه سینه \* تب بالای ۳۸ درجه \* ضایعات پوستی**

**\* درد شدید در محل عمل و احساس ضعف و گرفتگی یا بی حسی در عضوی که انژیو شده**

**\* تغییر ناگهانی در بینایی و صحبت کردن ، احساس گرختی یا ضعف ناگهانی در صورت و یک طرف بدن**

**\* خونریزی از بینی یا لثه ، خلط خونی ، خون در ادرار یا مدفوع قیری رنگ و خون مردگی در بدن**

پاسخگویی به سوالات بعد از ترخیص هر روز به جز ایام تعطیلات ساعت ۱۴ الی ۱۵ : خانم ریحانی ۰۹۱۵۶۴۱۶۸۹۳

سامانه نوبت دهی اینترنتی درمانگاه تخصصی و فوق تخصصی : [www.Nobat.nkums.ac.ir](http://www.Nobat.nkums.ac.ir)

شماره تلفن نوبت دهی درمانگاه تخصصی و فوق تخصصی : ۰۵۸-۳۱۵۱۴۲۲۰

شماره تلفن های دپارتمان قلب :

بخش قلب : ۰۵۸-۳۱۵۱۴۲۵۸

بخش CCU : ۰۵۸-۳۱۵۱۴۲۵۲

بخش ای سی یو قلب : ۰۵۸-۳۱۵۱۴۲۶۶

آدرس سایت آموزش به بیمار بیمارستان جهت کسب اطلاعات بیشتر : [www.nkums.ac.ir](http://www.nkums.ac.ir)

یا

در گوگل این مراحل را انجام دهید: بیمارستان امام حسن بجنورد ← وب سایت بیمارستان ← آموزش به بیمار ( سمت چپ صفحه اصلی بیمارستان تصویر آموزش به بیمار را انتخاب نمایید) ← مطلب مورد نظر خود را انتخاب نمایید