

دستوالعمل آموزش خود مراقبتی به بیماران

تعاریف

آموزش:

آموزش به بیمار فرآیندی است که فرصت های یادگیری را برای بیمار و خانواده ی او در زمینه ی بیماری ، درمان ، مکانیسم های سازگاری و افزایش مهارت فراهم می کند .

آموزش به بیمار ترکیب برنامه ریزی شده از فعالیتهای آموزشی به منظور کمک به افرادی که هم اکنون در حال تجربه کردن یک بیماری هستند یا اینکه دارای تجربه قبلی از یک بیماری می باشند ، تا بتوانند به گونه ای در رفتار خود تغییر دهند تا منجر به بهبودی آنان گردد .

فرایند آموزش یک فرایند سیستماتیک پیوسته و برنامه ریزی شده است که شامل آموزش و یادگیری می باشد . این فرایند ارتباط متقابل بین پزشک ، پرستار ، سایر اعضای تیم مراقبت و بیمار است که بطور آگاهانه و بر اساس نیاز سنجی انجام می گردد .

آموزش مبتنی بر یک سری اصول کلی می باشد که شامل : محیط مناسب و زمان مناسب جهت آموزش ، خصوصیات شخصی پرستار و خود بیمار ، آمادگی یادگیری ، سازماندهی رسانه و مطالب آموزشی می باشد .

خود مراقبتی : مجموعه ای از اعمالی است که فرد به صورت اکتسابی و آگاهانه و هدفدار برای خود ، فرزندان و خانواده اش انجام می دهد تا از لحاظ جسمی ، روانی ، اجتماعی سالم بماند و همچنین در صورت ابتلا به بیماری و بستری در بیمارستان بر اساس آموزشهای دریافتی در حین بستری و پس از ترخیص سلامت خود و خانواده اش حفاظت نماید .

هدف کلی:

توانمند سازی بیمار و خانواده جهت برنامه های خود مراقبتی به منظور ارتقای سلامت

اهداف تخصصی:

– آشنایی بیمار و خانواده با بیماری خود و توانایی در برنامه های خود مراقبتی ، افزایش توانایی در یادگیری جهت ادامه درمان

– افزایش دانش نگرش و مهارت مددجو در زمینه مراقبت از خود

– ارتقای رضایت بیمار و خانواده از خدمات درمان

– کاهش آسیب های روانی و نگرش بیمار و خانواده

– کاهش هزینه های بیمارستان

مسئولیت و اختیارات

پزشک ، پرستار و سایر ارائه دهندگان خدمات بالینی مسئولیت اجرای این دستورالعمل و مسئول بخش و در سطح بالاتر سوپروایزر آموزش سلامت و مدیر پرستاری

امکانات شامل:

پمفلتهای آموزشی ، فرم های آموزش به بیمار (در زمان ترخیص) و فرم اثر بخشی آموزش به بیماران و فرم اثر بخشی آموزش شیر

دهی

موانع آموزشی :

همواره در اجرای آموزش به بیمار موانع و مشکلاتی پیش روی کارکنان بهداشتی وجود دارد . ذکر این موانع کمک میکند که با جستجوی راهکارهایی امکان غلبه نسبی یا کامل بر این موانع فراهم گردد . این موانع شامل : سن ، زبان ، گفتاری ، انگیزه ، اختلالات دید و اختلالات شنوایی ، تفاوت‌های فرهنگی ، مشکلات احساسی و روحی و روانی ، اختلالات شناختی ، مشکلات مادی ، تفاوت‌های مذهبی ، شدت یا مرحله بیماری ، سطح تحصیلات می باشد .

ارزیابی و برنامه ریزی آموزشی :

پس از اتمام آموزش حتما از بیمار بپرسید که آیا مطالب را درک کرده و مطوئن شوید دچار سوء تفاهم یا سوء برداشت نشده است و بعد از اطمینان از درک صحیح مطالب ، قسمت ارزیابی و برنامه ریزی آموزشی درک آموزش تیک زده و در غیر این صورت قسمت عدم درک آموزش تیک بزنید . این روند تا درک کامل و صحیح بیمار در مورد همان آموزش ادامه خواهد داشت .

سیاست‌های آموزشی بیماران :

شناسایی نیازهای آموزشی بیماران :

❖ از طریق تشکیل کارگروه آموزش به بیمار در هر بخش ، سرپرستار ، سوپروایزر آموزشی ، مسئول آموزش به بیمار ، کارشناس مسئول آموزش همگانی

اولویت بندی نیازهای آموزشی :

❖ بعد از تعیین تشخیص‌های پرستاری که نیازهای آموزش مددجو را مشخص می کند . پرستار برنامه آموزشی تدوین می کند.

تامین منابع آموزشی و کمک آموزشی مورد نیاز برنامه های آموزشی

- ❖ برنامه ریزی و مشارکت در زمینه تهیه پمفلتهای و جزوات آموزشی بر اساس استانداردها توسط کار گروه آموزش به بیمار
- ❖ پیش بینی منابع مالی و تسهیلات مورد نیاز بر اساس اولویتها منطبق بر برنامه عملیاتی

اجرای صحیح برنامه های آموزشی بیماران

- ❖ اجرای طرح آموزش شامل استفاده از تمام اصول آموزش و یادگیری مانند توجه به آمادگی و توانایی بیمار ، زمان مناسب ، سهیم کردن بیمار و خانواده او ، روش مناسب با توجه به حیطة یادگیری ، وسایل کمک آموزشی ، سازماندهی موضوعات آموزشی ، تکلم با زبان قابل فهم برای بیمار ، استفاده از اصول یادگیری مانند تکرار و تقویت ، توجه به محیط یادگیری و دریافت بازخوردهای بیمار ، انتخاب محتوای مناسب و اولویت بندی زمان ارائه آن می باشد .

نظارت بر اجرای صحیح برنامه های آموزشی :

- ❖ بازدیدهای طبقه بندی شده
- ❖ تعیین اثر بخشی آموزشی : بررسی و ارزیابی اثربخشی آموزش با تکمیل و تحلیل اطلاعات (مربوط به فرمهای رضایتمندی بیماران از آموزش پزشک و پرستار) هر ماه و بررسی نقاط قوت و ضعف
- ❖ ارائه گزارشات و تحلیل های مربوط به ارزیابی های انجام شده در کنبته آموزش و اجرای اقدام مداخله ای / اصلاحی و برنامه بهبود در قالب مصوبات کمیته آموزش

شرح اقدامات

پرستار مسئول بیمار باید :

- ✓ در بدو ورود بیمار به بخش پس از معرفی خود ، خوش آمد گویی و بررسی دستبند شناسایی ، بیمار را همراه پرونده به بخش هدایت نماید .
- ✓ در حین هدایت بیمار به بخش ، آموزش های اولیه شامل نحوه دسترسی به بخش مورد نظر ، تماس با بخش ، آشنایی با طبقات ؛ ساعت ملاقات ، معرفی سوپروایزر مرکز و مسئول بخش ، خدمات رفاهی مرکز ، پرداخت هزینه ها تنها از طریق حسابداری و صندوق بیمارستان آموزش دهد .

نکته :

پرستاران و پزشکان و دیگر اعضای تیم مراقبت باید برنامه های آموزشی بیمار را به صورت یکپارچه و هماهنگ ارائه دهند.
و از انواع روشهای آموزشی مانند چهره به چهره / گروهی / و با استفاده از منابع قابل فهم مانند پمفلتهای موجود در بخش و ارجاع به سایت بیمارستان انجام شود .

پرستار مسئول بیمار باید در بدو ورود بیمار به بخش پس از معرفی خود آموزش های زیر را ارائه نماید :

- ✓ نحوه دسترسی به پزشک ، پرستار ، و نحوه احضار پرستار (آشنایی با زنگ احضار)
- ✓ آشنایی با بخش ، کار با تخت و محافظ تخت ، تفکیک زباله ، محل حمام و سرویس بهداشتی در بخش ، بهداشت فردی
- ✓ آشنایی با منشور حقوق بیمار ، رسیدگی به شکایات و ساعات ویزیت و دارو دادن
- ✓ ارائه آموزش های چهره به چهره در خصوص موارد مربوط به ایمنی بیمار ضروری است : اهمیت نگهداری دستبند شناسایی ، پیشگیری از سقوط از تخت ، زخم بستر و علائم آن و پیشگیری از بروز یا پیشرفت آن ، ترومبوآمبولی و ترومبولیت ، عفونتهای بیمارستانی

پرستار مسئول بیمار حین بستری باید :

- ✓ پرستار ضمن تکمیل فرم ارزیابی اولیه طبق گایدلاین عمومی آموزش به بیمار با پرسش نیازهای آموزشی بیمار را با توجه به دغدغه های بیمار و ترجیحات پرستاری تعیین نمایید و آموزش چهره به چهره با بهره گیری از منابع برنامه ریزی نمایید .
- ✓ اگر اطلاعات بیمار در زمینه بیماری و پروسیجرها ضعیف باشد پرستار باید به وی آموزش دهد .
- ✓ پرستار نسبت به ارائه آموزشهای لازم به بیمار اقدام نماید :
- مراقبت های قبل و بعد از پروسیجر
- میزان فعالیت و استراحت
- تغذیه و رژیم درمانی
- مراقبت های داروئی و مایع درمانی

- مراقبت ها : از سوند ، درن ، گچ ، بانسمان ، لوله ها و رابط ها و ...
- پوزیشن مناسب در بستر با ذکر دلایل
- تعریف بیماری
- راهنمای تغذیه ای
- شناسایی بیمار ان آسیب پذیر (سقوط از تخت ، خود کشی ، سوء تغذیه ، علائم زخم فشاری و عفونت)
- مراقبت از زخم
- آموزش آمادگی های قبل از انجام خدمات پاراکلینیکی
- ✓ با پرسش و پاسخ آموزش های خود را تکمیل کند .

پزشک معالج بیمار در حین بستری باید آموزش های ذیل را ارائه نماید :

- ✓ توضیح در خصوص پروسیجر ، دلیل انجام روش انجام ، عوارض احتمالی ، روشهای جراحی ، رضایت آگاهانه از بیمار
- ✓ توضیح در خصوص بیماری و برنامه درمان ، روش های درمان جایگزین ، پیامدهای درمان و عوارض احتمالی و پیش آگهی
- ✓ مراحل و طول مدت احتمالی درمان
- ✓ داروهای مصرفی و عوارض احتمالی
- ✓ باز توانی
- ✓ رژیم غذایی و فعالیت بدنی حین بستری
- ✓ تعیین زمان تقریبی ترخیص

پزشک حین ترخیص باید آموزشهای زیر را ارائه و در برگ ترخیص ثبت و مهر و امضاء نماید :

- ✓ علائم هشدار دهنده جهت مراجعه مجدد
- ✓ میزان و مدت و نحوه مصرف صحیح داروهای تجویز شده / روش شناسایی تاثیر داروها / تداخلات دارویی
- ✓ رژیم غذایی
- ✓ زمان و مکان مراجعه بعدی
- ✓ وضعیت حرکتی در منزل (فعالیت و استراحت)

پرستار مسئول بیمار در زمان ترخیص پرستار باید آموزشهای زیر را ارائه نماید :

- ✓ مدت زمان مصرف دارو و نحوه صحیح مصرف دارو
- ✓ وضعیت حرکتی در منزل (فعالیت و استراحت)
- ✓ رژیم غذایی
- ✓ علائم هشدار دهنده جهت مراجعه بعدی
- ✓ نحوه مراقبت از زخم و بانسمان زخم ها

✓ تاریخ مراجعه جهت دریافت تست های پاراکلینیکی معوقه

✓ زمان و مکان مراجعه بعدی به پزشک معالج

نکته :

- ❖ پرستار باید با پرسش از بیمار و شناسایی دغدغه ها و نیازهای آموزشی وی به او آموزش دهد و از یادگیری نکات مهم و حیاتی اطمینان حاصل کند .
- ❖ هنگام ترخیص بیماران ، آموزشهای پیگیری شده ، در فرم ۲ برگه آموزش حین ترخیص توسط پزشک و پرستار ثبت و توسط بیمار و همراه تاییدیه گرفته می شود . یک برگ در پرونده و یک برگ به بیمار ارائه می شود .
- ❖ کلیه کارکنان بخش ها موظف به ارائه مراقبت آموزش بیماران به عنوان مراقبت مستقیم در کلیه شیفتها می باشند .
- ❖ در صورتی که بیمار نیاز به دریافت خدمات پرستاری در منزل دارد حتما فرم مراقبت در منزل برای بیمار پر شود و بیمار و خانواده وی با خدمات واحد مراقبت در منزل (Home Care) آشنا شوند . کارت مراقبت در منزل و یک برگ از فرم تکمیل شده تحویل بیمار و نسخه اصلی تحویل مسئول واحد مراقبت در منزل گردد .
- ❖ بیمارانی که نیازمند فالوآپ و پیگیری هستند ، پرستار مسئول بایستی فرم فالوآپ را تکمیل و در اسرع وقت تحویل مسئول واحد آموزش به بیمار دهد .

واحد آموزش به بیمار و سلامت همگانی

تهیه کنندگان	تایید کنندگان
مریم کریمی سوپروایزر آموزش به بیمار و سلامت همگانی	دکتر بر آبادی (ریاست بیمارستان) فاطمه محمدی (مترون محمدی)

منابع :

دستورالعمل نحوه تکمیل فرم آموزش خود مراقبتی توسط پرستار به بیمار و تهیه محتوای آموزشی / دانشگاه علوم پزشکی مشهد / ۱۳۹۱

نظام جامع آموزش سلامت به بیماران / اداره آموزش سلامت

کتاب اصول آموزش به بیمار