



## دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

فارس

## مرکز آموزشی درمانی آنکولوژی امیر

نام واحد: پرستاری

اداره نظارت  
و اعتباربخشی معاونت  
درمان

## عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی در بیماری سرطان خون به بیماران در بخش های بالینی AML

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-007/04	1/2	۱۴۰۳/۱۱/۰۱	۱۴۰۲/۱۱/۰۱	۱۳۹۹/۰۸/۳۰

**هدف:** هدف از آموزش به بیمار ممکن است جنبه های پیشگیری، درمانی، توانبخشی و بطور کلی ارتقاء سلامت را شامل شود.

**دامنه کاربرد:** بخش های بستری و سرپایی بالینی

**تعریف:**

۱- **خود مراقبتی:** خودمراقبتی، اقدامات و فعالیت های آگاهانه، اکتسابی و هدفداری است که فرد به منظور حفظ حیات و تأمین، حفظ و ارتقای سلامت خود و خانواده اش انجام می دهد.

## ۲- امکانات و تجهیزات آموزشی بیمارستان آنکولوژی امیر

- کتابچه های آموزشی (شیمی درمانی و تعریف آن- تعریف سرطان- عوارض داروهای شیمی درمانی- مداخلات مربوط به کاهش عوارض شیمی درمانی- میزان فعالیت- تغذیه- روش کم کردن استرس و آرام سازی)
- پمفلت های آموزشی (انواع سرطان ها- اصول مراقبت از دندان- پیشگیری از بیماری زونا و آبله- مسمومیت غذایی- پوکی استخوان- فشار خون بالا- کمر درد- موسیقی درمانی- میگرن- مراقبت از پورت کت- کم خونی و فقر آهن- کاهش استرس- پیشگیری از عفونت مجاری ادراری- موسیقی درمانی- تغذیه سالم)
- کلاس درس با حداکثر ۳۰ صندلی و با امکانات (کامپیوتر متصل به اینترنت، تابلو وایت برد، دیتا پروژکتور)
- فیلم آموزشی قابل پخش در کلیه بخش های بالینی (اتاق بیماران): فیلم آموزشی بزرگسال و فیلم آموزشی اطفال
- QR Code برای دسترسی بهتر بیماران به مطالب و فیلم های آموزشی، کتابچه های بیمارستان در اتاق بیماران
- کانال آموزش به بیمار در واتس آپ برای اطلاع رسانی آموزش بیماران در زمینه های خود مراقبتی



بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

فارس

مرکز آموزشی درمانی آنکولوژی امیر

نام واحد: پرستاری

اداره نظارت  
و اعتباربخشی معاونت  
درمان

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی در بیماری سرطان خون به بیماران در بخش های بالینی AML

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-007/04	1/2	۱۴۰۳/۱۱/۰۱	۱۴۰۲/۱۱/۰۱	۱۳۹۹/۰۸/۳۰

- پاور پوینت های جدید در زمینه بیماری ها، تغذیه، ورزش، خود مراقبتی، آموزش سلامت همگانی (مانند HPV) در سایت بیمارستان
- بار کدخوان در برگه های نوبت دهی بیماران به منظور دسترسی بهتر بیماران به مطالب و فیلم های آموزشی، کتابچه های بیمارستان
- IPTV (Internet Protocol TV) در اتاق بیماران

#### آموزش تخصصی (بیماری سرطان AML) بدو ورود

##### پرستار مسئول بیمار

- ✓ حداکثر تا ۳۰ دقیقه پس از پذیرش بیمار در بخش بر بالین وی حاضر شوید.
- ✓ پس از معرفی خود به بیمار با روی گشاده، آموزش های تخصصی را در زمینه ی بیماری AML انجام دهید.
- ✓ حین صحبت با بیمار، نیازهای آموزشی بیمار را شناسایی کنید.
  - نیاز آموزش تغذیه به کارشناس تغذیه اطلاع دهید.
  - نیاز به مددکار حتما" به آقای پناهی اطلاع دهید.
  - نیاز به مشاوره روانشناسی را به کارشناس روانشناسی اطلاع دهید.
  - هر نوع نیاز سنجی را در پرونده بیمار ثبت نمائید و نتیجه پیگیری مشخص باشد.
- ✓ در زمینه نوع بیماری، پیامد های احتمالی ناشی از دارو درمانی و ابهامات به بیمار توضیح دهید.



## دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

فارس

مرکز آموزشی درمانی آنکولوژی امیر

نام واحد: پرستاری

اداره نظارت  
و اعتباربخشی معاونت  
درمان

## عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی در بیماری سرطان خون به بیماران در بخش های بالینی AML

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-007/04	1/2	۱۴۰۳/۱۱/۰۱	۱۴۰۲/۱۱/۰۱	۱۳۹۹/۰۸/۳۰

- لوکمیا سرطانی است که از سلولهای منشاء میگیرد که قرار است تبدیل به انواع سلولهای خونی شوند. براساس اینکه رشد سلولهای سرطانی سریع است یا کند و یا اینکه از سلولهای میلوئیدی منشاء گرفته اند یا سلولهای لنفوئیدی به انواع حاد یا مزمن و میلوئیدی یا لنفوئیدی تقسیم میشوند.
- از عوامل خطر ابتلا به AML: افزایش سن، جنس مذکر، مصرف دخانیات، مواجهه با مواد شیمیایی مانند بنزن و فرم آلدهید، تماس با داروهای شیمی درمانی خاص و تماس با پرتودرمانی، اختلالات خونی خاص مانند MDS، برخی سندرم های ژنتیکی مانند فانکونی آنمیا، سندرم داون، تریزومی ۸ و ...
- آزمایشات و روشهای تشخیصی بیماری شامل موارد زیر میباشد:  
آزمایش خون کامل شامل شمارش کامل سلولهای خون، آزمایشات شیمی و انعقادی  
آسپیراسیون از مغز استخوان: در این روش بیمار بر روی تخت (به پهلو یا به شکم) دراز میکشد و معمولاً از استخوان لگن نمونه برداری انجام میشود. پس از تزریق داروی مسکن یا آرامبخش، با استفاده از یک سوزن نازک و میان تهی وارد استخوان شده و با استفاده از یک سرنگ مقدار اندکی از مایع مغز استخوان کشیده میشود. پس از انجام این کار ممکن است اندکی درد در محل انجام پروسه احساس کند (حتی با وجود دریافت مسکن و آرام بخش).  
نمونه برداری مغز استخوان: بلافاصله پس از آسپیراسیون انجام میشود. تکه ای از مغز استخوان توسط سوزن بزرگتری که داخل استخوان فرو میرود برداشته میشود. پس از پایان کار، در محل انجام نمونه برداری فشار داده شود. نمونه برداری و آسپیراسیون مغز استخوان هم جهت تشخیص بیماری و هم بعداً جهت مشخص نمودن اینکه آیا بیماری به درمان جواب داده است یا نه انجام میشود.



بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

فارس

مرکز آموزشی درمانی آنکولوژی امیر

نام واحد: پرستاری

اداره نظارت  
و اعتباربخشی معاونت  
درمان

**عنوان دستورالعمل:** آموزش خود مراقبتی اختصاصی در بیماری سرطان خون به بیماران در بخش های بالینی AML

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-007/04	1/2	۱۴۰۳/۱۱/۰۱	۱۴۰۲/۱۱/۰۱	۱۳۹۹/۰۸/۳۰

**نمونه مایع مغزی نخاعی:** مایع مغزی نخاعی مایعی است که اطراف طناب نخاعی و مغز را پوشانده است. برخی مواقع سلولهای سرطانی به این مایع انتشار می یابند. جهت بررسی این انتشار، ممکن است نمونه ای از مغزی نخاعی جهت آزمایش کشیده شود که به این پروسه، LP گفته میشود. در صورتی که تزریق شیمی درمانی درون مایع مغزی نخاعی انجام شود IT نامیده میشود.

**سیتوکمیستری:** سلولهای خونی رنگ آمیزی میشوند برای تشخیص اینکه چه نوع سلولهایی درگیر هستند. فلوسیتومتری و ایمونوهیستوکمیستری: نمونه های گرفته شده در مواجهه با آنتی بادی قرار داده میشود. از این روش جهت دسته بندی لوکمی استفاده میشود.

**تستهای کروموزومی:** برای تشخیص اختلالات کروموزومی بکار میرود.

سایر اقدامات تشخیصی ممکن است شامل عکس ساده، سونوگرافی، ام آر آی و سی تی اسکن شود.

• بیماری دارای ۷ مرحله میباشد:

AML M<sub>0</sub>, AML M<sub>1</sub>, AML M<sub>2</sub>, AML M<sub>3</sub>, AML M<sub>4</sub>, AML M<sub>5</sub>, AML M<sub>6</sub>, AML M<sub>7</sub>

• درمان بیماری شامل تزریق داروی شیمی درمانی طی ۳ مرحله متفاوت میباشد:

**اینداکشن:** اولین مرحله درمان است. این مرحله تهاجمی است و هدف از آن پاکسازی خون از سلولهای لوکمی (بلاست) و کاهش آن میباشد.



بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

فارس

مرکز آموزشی درمانی آنکولوژی امیر

نام واحد: پرستاری

اداره نظارت  
و اعتباربخشی معاونت  
درمان

**عنوان دستورالعمل:** آموزش خود مراقبتی اختصاصی در بیماری سرطان خون به بیماران در بخش های بالینی AML

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-007/04	1/2	۱۴۰۳/۱۱/۰۱	۱۴۰۲/۱۱/۰۱	۱۳۹۹/۰۸/۳۰

کانسولیدیشن: پس از اینکه بیمار از مرحله اینداکشن بهبود یافت، این مرحله انجام میشود. هدف از آن از بین بردن باقیمانده سلولهای لوکمی است. داروهای شیمی درمانی در چندین دوره داده میشود که پس از هر دوره تزریق، یک دوره استراحت برای بازسازی بدن در نظر گرفته میشود.

نگهدارنده: داروهای شیمی درمانی برای ماهها یا سالها پس از کانسولیدیشن داده میشود.

- ✓ پمفلت یا بروشور مورد نیاز در زمینه بیماری سرطان AML را در اختیار بیمار قرار دهید.
- ✓ به بیمار خاطر نشان کنید بر اساس پروتکل دارو ۷ روز در بخش بستری است.
- ✓ به بیمار بگویید دو هفته پس از دریافت شیمی درمانی، بایستی آزمایش خون داده و توسط پزشک معالج ویزیت شود و براساس نتایج آزمایش زمان بعدی دریافت داروی شیمی درمانی مشخص میگردد.
- ✓ نحوه استفاده از بارکد خوان نصب شده در اتاق بیمار (جهت دریافت آموزشهای عمومی و اختصاصی سرطان) را به وی توضیح دهید.
- ✓ رضایت نامه تزریق دارو را بصورت واضح همراه با توضیحات قابل درک برای بیمار به وی توضیح داده و سپس امضاء و اثر انگشت دریافت کنید.

آموزش تخصصی به بیمار حین بستری

پرستار مسئول بیمار

۱. حداکثر تا ۳۰ دقیقه پس از شروع هر شیفت، خود را با روی گشاده به بیمار معرفی کنید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی  
فارس

مرکز آموزشی درمانی آنکولوژی امیر

نام واحد: پرستاری

اداره نظارت  
و اعتباربخشی معاونت  
درمان

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی در بیماری سرطان خون به بیماران در بخش های بالینی AML

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-007/04	1/2	۱۴۰۳/۱۱/۰۱	۱۴۰۲/۱۱/۰۱	۱۳۹۹/۰۸/۳۰

۲. کارت مشخصات خود را بالای سر بیمار بگذارید.
۳. پس از معرفی خود به بیمار، آموزش های عمومی را به صورت چهره به چهره در هر شیفت تکرار کنید.
۴. همه روزه در ساعات مشخص (معمولا شیفت عصر)، کلیه ی نکات آموزشی که در زمان بستری ذکر شد به صورت گروهی و در بخش به همراهان بیمار آموزش دهید.
۵. فیلم آموزشی تهیه شده در زمینه ی کلیه ی نکات خود مراقبتی را همه روزه در ساعات مشخص شده (معمولا ۱۰ صبح و ۵ عصر) در اتاق بیماران پخش نمایید.
۶. مکان قرارگیری پمفلت های آموزشی در بخش را به بیمار اطلاع رسانی کرده و در صورت نیاز، در اختیار وی قرار دهید.
۷. هر اقدامی برای بیمار انجام می دهید، قبل از آن توضیحات لازم فراموش نشود.
۸. داروی بیماران AML به شرح زیر میباشد، پس از وصل دارو نام دارو و عوارض قابل درک را برای بیمار توضیح دهید.

داروها دارای عوارض ناخواسته ای میباشند مانند ریزش مو، زخمهای دهانی و کاهش سلولهای خونی میباشد. ممکن است در صورت کاهش گلبول سفید، به بیمار داروی آنتی بیوتیک و فیل گراستیم (GCSF) داده شود، در صورت کاهش پلاکت به بیمار پلاکت تزریق شود و در صورت کاهش هموگلوبین و آنمی به بیمار خون تزریق گردد.

از جمله عوارض ناخواسته دیگر سندروم لیز تومور است: وقتی داروهای شیمی درمانی سلولهای لوکمی را از بین می برند سلولها پاره شده و محتویات درون آنها به داخل خون آزاد میشود. این حجم زیاد از مواد زائد بایستی به یکباره توسط کلیه از بدن دفع



## دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

فارس

مرکز آموزشی درمانی آنکولوژی امیر

نام واحد: پرستاری

اداره نظارت

واعتباربخشی معاونت

درمان

## عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی در بیماری سرطان خون به بیماران در بخش های بالینی AML

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-007/04	1/2	۱۴۰۳/۱۱/۰۱	۱۴۰۲/۱۱/۰۱	۱۳۹۹/۰۸/۳۰

شوند که موجب اختلال در عملکرد کلیه میشوند. به علاوه مقدار زیاد مواد معدنی درون سلولهایی که از بین رفته اند موجب تاثیر بر قلب و سیستم عصبی میشوند. به همین دلیل تاکید میشود مایعات فراوان بنوشند تا به دفع مواد از کلیه کمک شود. همچنین برخی داروهای خاص مانند بیکرنات، آلوپورینول و راسبوریکاز داده میشود.

## سایتوزار ((Cytarabine (cytosine arabinoside or ara-C):

- ✓ به بیمار بگویید شروع درمان با سیتارابین باید در بیمارستان و تحت نظر پزشک متخصص انجام گیرد.
- ✓ به بیمار آموزش دهید مصرف زیاد مایعات از تجمع اسیداوریک در کلیه جلوگیری می کند.
- ✓ به بیمار آموزش دهید در صورت وجود تب حتماً پزشک خود را مطلع سازد.
- ✓ به بیمار آموزش دهید از جمله عوارض دارو خشکی مخاط چشم می باشد، حتماً به پزشک اطلاع داده تا طبق دستور از قطره چشمی استفاده کنند.
- ✓ به بیمار آموزش دهید دارو ممکن است با تاثیر بر قسمتی از مغز موجب اختلال در تعادل و هماهنگی بین قسمتهای مختلف بدن شود که به دکتر اطلاع داده شود زیرا ممکن است مقدار دارو کم شود یا تزریق دارو متوقف گردد.

## دانوروبیسین یا ایداروبیسین ((idarubicin یا daunorubicin (daunomycin):

- ✓ در حین درمان آزمایش سلولهای خونی (CBC)، کلیوی (BUN و کراتینین)، آنزیمهای کبدی را چک کنید.
- ✓ مصرف مایعات روزانه را در حد امکان به حداقل ۲ لیتر برسانید.
- ✓ نیم تا یک ساعت قبل از تجویز دارو به بیمار داروی ضد استفراغ بدهید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

فارس

مرکز آموزشی درمانی آنکولوژی امیر

نام واحد: پرستاری

اداره نظارت

واعتباربخشی معاونت

درمان

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی در بیماری سرطان خون به بیماران در بخش های بالینی AML

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-007/04	1/2	۱۴۰۳/۱۱/۰۱	۱۴۰۲/۱۱/۰۱	۱۳۹۹/۰۸/۳۰

- ✓ در تزریق وریدی در صورت نشت دارو در پوست فوراً انفوزیون را قطع کرده و از کیسه آب گرم استفاده کنید.
- ✓ داروی آماده شده را تا ۱ روز در دمای اطاق و ۷ روز در یخچال می‌توانید نگهداری کنید (به اطلاعات شرکت مراجعه کنید).
- ✓ ECG پایه از بیمار داشته باشید.

### آموزش تخصصی به بیمار حین بستری

#### مسئول آموزش به بیمار

- + بر اساس برنامه ی زمان بندی مشخص، کلیه ی بیماران جدیدالورود را در شیفت صبح، راند نمایید.
- + کلیه ی نکات و آموزش های عمومی خود مراقبتی که در بند فوق توضیح داده شده را به بیماران منتقل نمایید.
- + حداقل یکبار در هفته، آموزش های گروهی به همراهان بیمار را در زمینه ی خود مراقبتی در سالن کنفرانس برگزار نمایید.
- + بیماران هر بخش را به صورت روزانه و بر اساس برنامه ی زمان بندی مشخص به منظور پایش عملکرد آموزشی پرسنل بخش، راند نمایید.
- + بیماران نیازمند به آموزش های تخصصی تر مانند: تغذیه و روان شناسی را شناسایی و به کارشناس مربوطه ارجاع دهید.
- + آموزشات تخصصی پرستار به بیمار را پایش و ارزیابی کنید.





بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

فارس

مرکز آموزشی درمانی آنکولوژی امیر

نام واحد: پرستاری

اداره نظارت  
و اعتباربخشی معاونت  
درمان

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی در بیماری سرطان خون به بیماران در بخش های بالینی AML

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-007/04	1/2	۱۴۰۳/۱۱/۰۱	۱۴۰۲/۱۱/۰۱	۱۳۹۹/۰۸/۳۰

### کسب اطمینان از تداوم خود مراقبتی در منزل

نحوه ی ارائه ی آموزش های حین ترخیص

#### پزشک بیمار

- ✓ دستور دارویی را نوشته و در مورد نحوه مصرف دارو در منزل به بیمار آموزشات لازم را بدهید
- ✓ در مورد نوبت بعدی بستری به بیمار توضیحات لازم را بدهید
- ✓ در مورد انجام آزمایش و تاریخ آن به بیمار آموزش بدهید.

#### پرستار مسئول بیمار

- ✓ در مورد عوارض داروها در منزل به بیمار توضیحات لازم را بدهید
- ✓ در مورد میزان مصرف مایعات به بیمار آموزش بدهید
- ✓ در مورد نکات تغذیه ای و رعایت خوردن غذای کم نمک، کم چرب و خانگی به بیمار آموزشات لازم را بدهید
- ✓ در مورد رعایت بهداشت عمومی و نکات کنترل عفونت نظیر، زدن ماسک و دست ندادن به بیمار توضیحات لازم را بدهید.

### محتوای آموزش های عمومی حین ترخیص

#### I. پیشگیری از عفونت

- ✓ قبل از غذا خوردن و مسواک زدن و بعد از دستشویی رفتن دست ها را بشوئید



## دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

فارس

مرکز آموزشی درمانی آنکولوژی امیر

نام واحد: پرستاری

اداره نظارت

واعتباربخشی معاونت

درمان

## عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی در بیماری سرطان خون به بیماران در بخش های بالینی AML

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۹/۰۸/۳۰	۱۴۰۲/۱۱/۰۱	۱۴۰۳/۱۱/۰۱	1/2	EU-W-007/04

- ✓ با افراد مبتلا به سرماخوردگی، آنفولانزا، گلودرد چرکی یا سایر عفونت‌ها\* دوری از افرادی که به تازگی واکسن زنده (آبله مرغان، اوریون، سرخک، سرخجه و آبله) دریافت داشته‌اند (به مدت ۶-۸ هفته بعد از واکسیناسیون) تماس نداشته باشید
- ✓ دندان‌ها را با مسواک نرم بعد از غذا خوردن و قبل از خواب بشویید
- ✓ معاینات دهان و دندان قبل از شروع شیمی درمانی انجام دهید
- ✓ دندان مصنوعی کاملاً مناسب دهانتان باشد
- ✓ هرگونه تحریکات پوستی اطراف مقعد یا هموروئید (بواسیر) به پزشک یا پرستار اطلاع دهید
- ✓ غذای کاملاً پخته شده بویژه گوشت، تخم مرغ و ماهی مصرف کنید
- ✓ از هر عاملی که باعث ایجاد زخم و جراحت و یا سوختگی در بدن گردد (استفاده از دستگیره موقع برداشتن ظروف گرم، پوشیدن دستکش در هنگام شستشوی ظروف یا باغبانی کردن، استفاده از کفش یا روفرشی، مرطوب نگه داشتن پوست با کرم‌های مرطوب کننده)، اجتناب کنید.
- ✓ در صورت بروز علائم عفونت و تب (درجه حرارت بالاتر از حد طبیعی بویژه اگر بالای ۳۸ درجه سانتی گراد باشد، لرز، نفس زدن و یا تنفس سخت و مشکل، احساس گرفتگی در قفسه سینه و یا درد قفسه سینه، گلودرد یا سایر علائم سرماخوردگی که بیش از ۴۸ ساعت به طول انجامد، سرفه بسیار یا تغییر در ویژگی سرفه‌های قبلی، درد یا وجود ترشحات در در ناحیه مقعد، اسهال، درد یا ترشحات در ناحیه تناسلی، دل درد، مشکلات ادراری، هر نوع درد جدید یا غیر طبیعی، قرمزی، تورم و درد پوستی) بدن خود را گرم نگه دارید و مایعات فراوان بنوشید و فوراً به پزشک اطلاع دهید و یا اینکه فوراً به اتفاقات بیمارستان مراجعه کنید
- ✓ از مصرف غذای مانده خودداری کنید.



بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

فارس

مرکز آموزشی درمانی آنکولوژی امیر

نام واحد: پرستاری

اداره نظارت

واعتباربخشی معاونت

درمان

**عنوان دستورالعمل:** آموزش خود مراقبتی اختصاصی در بیماری سرطان خون به بیماران در بخش های بالینی AML

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-007/04	1/2	۱۴۰۳/۱۱/۰۱	۱۴۰۲/۱۱/۰۱	۱۳۹۹/۰۸/۳۰

✓ غذای خود را بصورت مکرر گرم نکنید

## II. پیشگیری از خونریزی

- ✓ از کفش‌ها و روفرشی‌های فاقد پاشنه استفاده نکنید
- ✓ از دستکش‌های محکم در هنگام باغبانی، بیل زدن و کار با گیاهان استفاده کنید
- ✓ در استفاده از کارت و یا ابزار احتیاط کنید
- ✓ از پزشک یا پرستار در مورد استفاده از نخ دندان سوال کنید
- ✓ اگر میبایست در بینی خود بدمید تنها از یکی از دو مجرای بینی بدمید و به آرامی این کار را انجام دهید و همزمان دهان را باز نگه دارید
- ✓ از ماشین صورت تراش برقی به جای تیغ استفاده کنید
- ✓ بعد از هر نوع خروج سوزن از پوست (بعد از خونگیری یا تعویض مسیر سرم) محل آن را محکم با گاز یا پنبه فشار دهید
- ✓ در صورت مشاهده هر یک از علائم و نشانه‌های زیر فوراً به پزشک اطلاع دهید: پتیشیا یا دانه‌های قرمز بر روی پوست، خونریزی لثه، کبودی بدون علت، سردرد، اختلال در بینایی، خونریزی غیر قابل کنترل از بینی، خون روشن در ادرار یا مدفوع، مدفوع تیره و قیری رنگ، درد یا تورم در ناحیه شکم، هر نوع خونریزی غیر طبیعی دیگر از هر جایی از بدن.

## III. بی‌اشتهایی و تهوع

- ✓ مصرف غذا در مقدار کم و به دفعات



بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

فارس

مرکز آموزشی درمانی آنکولوژی امیر

نام واحد: پرستاری

اداره نظارت  
و اعتباربخشی معاونت  
درمان

**عنوان دستورالعمل:** آموزش خود مراقبتی اختصاصی در بیماری سرطان خون به بیماران در بخش های بالینی AML

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-007/04	1/2	۱۴۰۳/۱۱/۰۱	۱۴۰۲/۱۱/۰۱	۱۳۹۹/۰۸/۳۰

- ✓ مصرف میان وعده های پرانرژی و پرپروتئین مانند نوشیدنی های حاوی شیر و شیر شکلات را رعایت کنید
- ✓ از مصرف غذاهای چرب و پرخوری کردن و سس پرچرب پرهیز کنید
- ✓ کمی پیاده روی قبل از مصرف غذا داشته باشید
- ✓ مقداری آبمیوه به منظور کاهش طعم تلخی در دهان بنوشید
- ✓ غذاهایی را بیشتر میل کنید که هم دما با دمای اتاق هستند و یا خنک هستند مانند ساندویچ، سالاد و پنیر
- ✓ از چاشنی های متفاوت برای بهبود طعم غذا استفاده کنید
- ✓ آبنبات ترش بمکید
- ✓ مصرف غذاهای مورد علاقه در زمان تهوع و استفراغ ممنوع است
- ✓ میوه در بین وعده غذایی به منظور از بین رفتن طعم بد دهان مصرف کنید
- ✓ از دهان شویه و مراقبت ویژه از دهان استفاده کنید
- ✓ اجازه بدهید سایرین غذا آماده کنند و در زمان پخت غذا دور از آشپزخانه باشید.

#### IV. زخم های دهانی

- ✓ غذاهای نرم که راحت تر بلعیده می شوند (سوپ، حلیم و فرنی) بخورید
- ✓ غذا به صورت آبگوشتی جهت بلع راحت مصرف کنید
- ✓ از مصرف غذاهای تند و پر ادویه و ترش پرهیز کنید



بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

فارس

مرکز آموزشی درمانی آنکولوژی امیر

نام واحد: پرستاری

اداره نظارت  
و اعتباربخشی معاونت  
درمان

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی در بیماری سرطان خون به بیماران در بخش های بالینی AML

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-007/04	1/2	۱۴۰۳/۱۱/۰۱	۱۴۰۲/۱۱/۰۱	۱۳۹۹/۰۸/۳۰

✓ از غذاهایی که در دمای اتاق هستند یا خنک هستند استفاده کنید ( زیرا برای افرادی که زخم دهان و گلو دارند بهتر قابل

مصرف هستند)

- ✓ در صورت خشکی دهان آدامسهای فاقد شکر بجوید، آبناات ترش و تکههای کوچک یخ بمکید
- ✓ به دکتر خود در مورد وجود پلاکهای سفید در دهان اطلاع دهید
- ✓ به پزشک در مورد مناطق دردناک در گلو و روشهای تسکین درد خود\* انجام دستورالعملهای مراقبت دهان اطلاع دهید.
- ✓ مایعات خنک مصرف کنید.

#### .V اقدامات لازم هنگام بروز تب

- ✓ برای جلوگیری از افزایش تب و ایجاد نقص در بدن، باید تب را مرتب چک کنید.
- ✓ در صورت داشتن تب مایعات زیاد بنوشید
- ✓ برای پایین آوردن تب یا قطع آن از تب بُرهایی چون استامینوفن و پاراستامول استفاده کنید.
- ✓ جهت کاهش دمای بدن از حوله مرطوب و خنک، پاشویه و حمام با آب ولرم استفاده کنید.
- ✓ در صورت تب نوزاد، هرچند خفیف، باید به پزشک مراجعه کنید (مراجعه به اورژانس به هنگام تب شدید ضرورت دارد).
- ✓ تب نوزاد را با استفاده از لباسهای نازک، مصرف نوشیدنیهای خنک و کاهش دمای اتاق پایین بیاورید

#### .VI در موارد زیر سریعاً به یک پزشک مراجعه کنید



بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

فارس

مرکز آموزشی درمانی آنکولوژی امیر

نام واحد: پرستاری

اداره نظارت  
و اعتباربخشی معاونت  
درمان

**عنوان دستورالعمل:** آموزش خود مراقبتی اختصاصی در بیماری سرطان خون به بیماران در بخش های بالینی AML

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-007/04	1/2	۱۴۰۳/۱۱/۰۱	۱۴۰۲/۱۱/۰۱	۱۳۹۹/۰۸/۳۰

- ✓ دمای بیش از  $38.5^{\circ}\text{C}$
- ✓ کاهش وزن
- ✓ تشنج مکرر یا طولانی با وجود تلاش برای کاهش دما
- ✓ لکه‌هایی بر روی پوست
- ✓ بی‌هوش شدن
- ✓ سایر موارد خطرناک

پس از ارائه آموزشات لازم، امضا و اثر انگشت بیمار و همراه بیمار را جهت فرم طرح ترخیص به شماره WRD- SO- 016 اخذ نمایید.

#### منابع و مراجع:

شواهد و مدیریت کیفیت ارتقای سلامت در بیمارستانها - ترجمه دکتر اکبر نیک پژوه - زیر نظر و با مقدمه دکتر عباسعلی کریمی ، کتابچه راهنمای اعتباربخشی نسل چهارم

Acute Myeloid Leukemia (AML) - American Cancer Society. [www.cancer.org](http://www.cancer.org) - cancer - acute-myeloid-leukemia



بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

فارس

مرکز آموزشی درمانی آنکولوژی امیر

نام واحد: پرستاری

اداره نظارت  
و اعتباربخشی معاونت  
درمان

**عنوان دستورالعمل:** آموزش خود مراقبتی اختصاصی در بیماری سرطان خون به بیماران در بخش های بالینی AML

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-007/04	1/2	۱۴۰۳/۱۱/۰۱	۱۴۰۲/۱۱/۰۱	۱۳۹۹/۰۸/۳۰

ابلاغ کننده	تایید کننده	تهیه کنندگان	
		سوپروایزور آموزش سلامت	ساناز عبدالرضا پور
دکتر امیدرضا ذکاوت	مریم حصیرباف	کارشناس هماهنگ کننده ایمنی	مریم کی منش
		مسئول بهبود کیفیت	الهام امین
ریاست بیمارستان	مترون بیمارستان	مسئول تغذیه	محمد رضا حسینی پویا
		مسئول روان شناس	سمانه حسینی