



## نام واحد: پرستاری

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-002/04	۱/۲	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۳۹۸/۰۸/۳۰

هدف : هدف از آموزش به بیمار ممکن است جنبه های پیشگیری، درمانی، توانبخشی و بطور کلی ارتقاء سلامت را شامل شود.  
مشارکت بیماران و جامعه در امر سلامت از طریق آموزش بیماران و همراهان منجر به :

- ✓ افزایش رضایتمندی
- ✓ جلب اعتماد بیشتر مددجویان
- ✓ کاهش اضطراب و هیجانات بیماران
- ✓ درک بیشتر نیازهای فردی
- ✓ ارتباط مثبت و بهتر متخصصان و اثرات پایا و مثبت بر سلامتی می شود.

هدف آموزش به بیمار از دو دیدگاه بیمار و متخصصین پزشکی میتواند مطرح شود:

- ۱- اهداف مربوط به بیمار و یا نزدیکان وی:
  - ✓ کسب اطلاعات دقیق در مورد وضعیت سلامت خود
  - ✓ افزایش توانایی جهت تصمیمگیری مناسب بهداشتی
  - ✓ یادگیری مهارتها و نگرشها جهت پیشبرد مراقبت از خود در ارتباط با بیماری
  - ✓ توانمند ساختن بیمار برای پیروی از درمانها یا رفتارهای بهداشتی
  - ✓ کاهش اضطراب و افزایش رضایت در مورد وضعیت بهداشتی خود
  - ✓ افزایش توانایی بیمار و نزدیکان برای مقابله با پیش آگهی و نتیجه بیماری
  - ✓ ارتقاء فهم بیماران و نزدیکان وی در مورد مسئولیت داشتن در ارتقاء سلامت و تغییر شیوه زندگی
- ۲- اهداف مربوط به بیمارستان و کارکنان:



## نام واحد: پرستاری

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-002/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1398/08/30

- ✓ افزایش اثر بخشی و کارایی مراقبت بهداشتی ارائه شده (بهبود کیفی)
- ✓ کاهش هزینه های مراقبت بهداشتی
- ✓ افزایش پذیرش رفتار از سوی بیمار
- ✓ ارتقاء روحیه مسئولیت پذیری بیمار برای حفظ سلامتی
- ✓ افزایش رضایت بیمار
- ✓ کسب رضایت نامه رسمی از بیمار در مواقع مورد لزوم
- ✓ افزایش استقلال و عدم وابستگی بیمار

دامنه کاربرد: بخش های بستری و سرپایی بالینی

تعریف:

۱- خود مراقبتی: مجموعه ای از اعمالی است که فرد به صورت اکتسابی؛ آگاهانه و هدف دار برای خود و همراهانش انجام میدهد به این منظور که:

از نظر جسمی، روانی و اجتماعی سالم بماند.

در صورت ابتلا به بیماری و نیاز به بستری در بیمارستان قادر باشد از سلامت خود و خانواده اش حفاظت نماید.

خود مراقبتی در واقع عملی است که در آن هر فردی از دانش، مهارت و توان خود بعنوان یک منبع استفاده می کند تا بتواند از سلامت خود بطور مستقل مراقبت کند. اگرچه خود مراقبتی فعالیتی است که مردم برای تامین، حفظ و ارتقاء سلامت خود انجام می دهند. ولی گاهی این مراقبت به فرزندان، خانواده، دوستان و همسایگان آنها نیز گسترش می یابد.

خود مراقبتی پنج ویژگی دارد:



## نام واحد: پرستاری

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-002/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1398/08/30

۱. رفتاری است داوطلبانه
۲. فعالیتی است آموخته شده
۳. حق و مسئولیتی است همگانی برای حفظ سلامت خود و همگان
۴. بخشی از مراقبت کودکان، نوجوانان و سالمندان و بزرگسالانی که قادر به خود مراقبتی نیستند نیازمند گرفتن خدمات بهداشتی و خود مراقبتی خواهند بود.

یک برنامه خود مراقبتی فردی کامل، دارای ۵ بعد است :

- جسمی
- روانی
- عاطفی
- اجتماعی
- معنوی

جسمی: خودمراقبتی جسمی نیازمند زیست سالم است. این بخش از خودمراقبتی شامل فعالیت ها و تمرینات ورزشی و خوردن غذای سالم می شود، اینکه آیا ورزش می کنیم؟ آیا در مورد غذاهایی که می خوریم، فکر می کنیم؟ رژیم غذایی و ورزش، نه تنها در سلامت جسمی ما نقش دارند، بلکه تاثیر بسیار زیادی بر سلامت روحی و روانی ما دارند.

روانی و عاطفی: داشتن سلامت روانی و عاطفی ، شامل وجود احساس رضایت ، اعتماد به نفس کافی ، اعتماد و صمیمیت ، میل و رغبت به زندگی و شادی نشاط ، توانایی مقابله با استرس و انطباق با تغییرات می شود. باید به اوقات فراغت خود نیز توجه کنیم. بهتر است برای انجام کارهایی که باعث می شود بعد از انجام آنها احساس خوبی داشته باشیم ، دنبال دلیل نگردیم، برای پیاده روی به ساحل



عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-002/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1398/08/30

برویم، به موسیقی گوش دهیم یا کتابی خوب بخوانیم. باید به یاد داشته باشیم که لذت بردن از زندگی، ضرورتی برای سلامت عاطفی و روانی است. باید از خود بپرسیم چگونه می توانیم روز بهتری داشته باشیم و پاسخ آن را در ذهن خود تجسم و در قلب خود احساس کنیم.

اجتماعی: روابط اجتماعی ما برای حفظ سلامت روانی و همچنین سلامت جسمی مان بسیار حیاتی است. افرادی که دوستی های نزدیک خود را حفظ می کنند و راه های دیگری را برای تعامل اجتماعی پیدا می کنند، نسبت به افراد منزوی، زندگی طولانی تری دارند. روابط و تعاملات اجتماعی ما با تقویت سیستم ایمنی بدن مان ، موجب حفاظت از ما در برابر بیماری ها می شوند

معنوی: همانطور که تغذیه با مواد غذایی برای بدن ما ضروری است، پرورش روح مان نیز یک ضرورت است. تنها زمانی که با خالق خود ارتباط برقرار کنیم، می توانیم تمام استعدادهای وجودی خود را شکوفا سازیم .

خود مراقبتی معنوی با درک معنای واقعی زندگی و هویت واقعی مان مرتبط است. ما بیشتر از یک جسم هستیم، روحی پاک داریم که با آن می توانیم وجودمان را توسعه دهیم.

ویژگی های یک مدل خود مدیریتی بیمار :

- بیمار باید در خصوص عوارض و عواقب فیزیولوژیکی و روانی بیماری و یا درمان ارائه شده یاد بگیرد
- بیمار باید در خصوص نحوه حل مشکلات و تصمیم گیری در مورد مدیریت مراقبت ها یاد بگیرد
- بیمار باید در خصوص نحوه جلوگیری از پیشرفت بیماری و ارتقاء سطح سلامت یاد بگیرد
- بیمار باید در خصوص مشارکت با پزشک، پرستار و سایر متخصصین مراقبت سلامت یاد بگیرد.

۲- امکانات و تجهیزات آموزشی بیمارستان آنکولوژی امیر



## عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۸/۰۸/۳۰	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱/۲	EU-W-۰۰۲/۰۴

✚ کتابچه های آموزشی (تعریف شیمی درمانی- تعریف سرطان- عوارض داروهای شیمی درمانی- مداخلات مربوط به کم کردن عوارض شیمی درمانی- میزان فعالیت- تغذیه- روش کم کردن استرس و آرام سازی)

✚ پمفلت های آموزشی (ALL- AML- اصول مراقبت از دندان- پیشگیری از بیماری زونا و ابله- 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

✚ پاور پوینت های جدید در زمینه بیماری ها، تغذیه، ورزش، خود مراقبتی، آموزش سلامت همگانی (مانند HPV) در سایت

بیمارستان

✚ بار کدخوان در برکه 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

شرح اقدامات:

نحوه ی ارائه و پایش آموزش های خود مراقبتی حین بستری



کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-۰۰۲/۰۴	۱/۲	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۳۹۸/۰۸/۳۰

## پرستار مسئول بیمار

- ۱- حداکثر تا ۳۰ دقیقه پس از شروع شیفت بر بالین بیمار حاضر شوید.
- ۲- کارت مشخصات خود را بالای سر بیمار بگذارید.
- ۳- پس از معرفی خود به بیمار با روی گشاده، آموزش های عمومی و اختصاصی ( بر اساس نوع بیماری و پروتکل ) را در زمینه ی بیماری ITP ارائه دهید. ( در ادامه به تفصیل بیان شده )
- ۴- 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
- ۵- پمفلت یا بروشور مورد نیاز در زمینه بیماری سرطان ITP را در اختیار بیمار قرار دهید.
- ۶- مدت زمان بستری بیمار در بخش را بر اساس پروتکل دارویی ( بین ۴ تا ۷ روز ) را به بیمار اطلاع دهید.
- ۷- نحوه ی دسترسی به فرمت کاغذی و الکترونیک مطالب آموزشی ( پمفلت ها، کتابچه ها ، فیلم ها و .. ) را به بیمار آموزش دهید.

فرمت الکترونیک بر سابت بیمارستان :

کامل نحوه ی استفاده از qr code را گام به گام و به صورت دستوری توضیح دهید.



تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۸/۰۸/۳۰	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱/۲	EU-W-۰۰۲/۰۴

- به بیمار بگوئید با نصب دستگاه بار کد خوان روی دستگاه تلفن همراه و اطمینان از روشن بودن اینترنت گوشی میتوان کدهای تعریف شده را مستقیماً" استفاده کرد و از مطالب سایت بدون مصرف اینترنت استفاده کرد.
- ابتدا نرم افزار بارکد خوان را از اپلیکیشن بازار یا گوگل بر روی گوشی خود نصب نماید
- نرم افزار را پس از راه اندازی روبروی بارکد بگیرد
- پس از خوانده شدن بارکد وارد سایت شده و فیلم آموزشی را دانلود کند
- از مشاهده فیلم توسط بیمار اطمینان حاصل کنید
- در مورد استفاده از پمفلت ها بصورت الکترونیک به بیمار آموزشات لازم را بدهید

#### فرمت کاغذی در بخش :

- جای نمونه پمفلت های بیماری شایع ابتدای ورودی هر بخش را به بیمار نشان دهید
- به بیمار تاکید کنید در صورت نیاز به پمفلت آن را در اختیار وی قرار خواهید داد

#### آموزشات بصورت جامع در استیشن سلامت

- بدو ورود بیمار اطلاعات لازم در مورد بخش ها را به بیمار و همراه بیمار بدهید
- پمفلت مورد نیاز در زمینه بیماری را در دسترس بیمار قرار دهید
- در مورد نکات بیمه و حسابداری به بیمار آموزشات لازم را بدهید



## عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-002/04	۱/۲	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۳۹۸/۰۸/۳۰

- در مورد حضور کارشناس تغذیه، کارشناس روانشناسی، حضور روانپزشک در درمانگاه و مددکار به بیمار آموزش دهید
- در مورد زمان راند پزشکان در بخش به بیمار اطلاعات لازم را بدهید
- در مورد زمان حضور پزشکان در درمانگاه اطلاعات لازم به بیمار را بدهید

- ۸- 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.
- ۹- کلیه نکات آموزش های عمومی و اختصاصی خود مراقبتی را همه روزه در ساعات مشخص ( معمولاً شیفت عصر ) ، به صورت گروهی و در بخش به همراهان بیمار آموزش دهید.
- ۱۰- فیلم آموزشی تهیه شده در زمینه ی کلیه ی نکات خود مراقبتی را همه روزه در ساعات مشخص شده ( معمولاً ۱۰ صبح و ۵ عصر) در اتاق بیماران پخش نمایید.
- در صورتی که فیلم روی فلش باشد کامل توضیح دهید
  - در صورتی که بخش IPTV داشته باشند نحوه استفاده از آن را به همراه محتویات کامل توضیح دهید.

مسئول آموزش به بیمار

- ۱- بر اساس برنامه ی زمان بندی مشخص، کلیه ی بیماران جدیدالورود را در شیفت صبح، راند نمایید.
- ۲- کلیه ی نکات و آموزش های عمومی خود مراقبتی که در بند فوق توضیح داده شده را به بیماران منتقل نمایید.





## نام واحد: پرستاری

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۸/۰۸/۳۰	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱/۲	EU-W-۰۰۲/۰۴

- ۳- حداقل یکبار در هفته، آموزش های گروهی به همراهان بیمار را در زمینه ی خود مراقبتی در سالن کنفرانس برگزار نمایید.
- ۴- بیماران هر بخش را به صورت روزانه و بر اساس برنامه ی زمان بندی مشخص به منظور پایش عملکرد آموزشی پرسنل بخش، راند نمایید.
- ۵- بیماران نیازمند به آموزش های تخصصی تر مانند: تغذیه و روان شناسی را شناسایی و به کارشناس مربوطه ارجاع دهید.
- ۶- آموزشات تخصصی پرستار به بیمار را پایش و ارزیابی کنید.

✚ محتوی آموزش های های **عمومی** خود مراقبتی حین بستری ( بین کلیه ی بیماران سرطانی مشترک است )  
پرستار مسئول بیمار

۱. الزامات **عمومی** در زمان بستری در بخش و پس از ترخیص ( در منزل ) را که در ذیل آمده به بیمار/ همراه وی اطلاع رسانی کرده و به منظور سنجش اثربخش بودن آموزش ها ، بیمار و همراه را مانیتور نمایید.
- الزامات ایمنی :
- شستن و اسکراب دست پس از هر بار خروج از دستشویی و به صورت مستمر پس از تماس با هر وسیله ای
- اسکراب دست توسط همراه بیمار پیش از ورود به اتاق
- بیمار زدن ماسک ( به خصوص در مکان ها شلوغ)
- حمام و تعویض لباس روزانه
- زدن ضد آفتاب حین مواجهه با نور خورشید و عوارض مواجهه با گرما و سرمای بیش از حد



## نام واحد: پرستاری

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۸/۰۸/۳۰	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱/۲	EU-W-۰۰۲/۰۴

نکات تغذیه ای :

استفاده از غذاهای سالم که ترجیحا آب پز یا بخار پز باشند

استفاده از آب تسویه شده حداقل ۸ لیوان در روز

استفاده از آب میوه های طبیعی

خوردن سبزیجات به صورت کاملا ضد عفونی شده و آب پز و میوه های به صورت پوست گرفته شده

اجتناب از خوردن غذاهای چرب، شور ، مانده ، کنسروی و فست فود ها، حذف غذاها و نوشیدنی های حاوی مقادیر بالای قند و شکر

مصنوعی مانند : نوشابه ها

نکات بهداشتی :

شناور کردن میوه و سبزیجات به مدت حداقل ۱۰ دقیقه در آب و سرکه پیش از مصرف

استفاده از مسواک نرم و دهان شویه

نکات روان شناسی :

انجام منظم ورزش های ملایم

آرام سازی و تعدیل سازی رفتار

تاثیر موسیقی درمانی در کنترل اضطراب و استرس

در صورتی که بیمار دارای پورت باشد:

نکات مراقبتی از پورت شامل: جلوگیری از ضربه به قسمت پورت کت، عدم دستکاری پورت را به بیمار یادآور شوید.

مراقبت های گوارشی:

خوردن غذا در وعده های زیاد با حجم کم به منظور کاهش حالت تهوع



## نام واحد: پرستاری

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۸/۰۸/۳۰	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱/۲	EU-W-۰۰۲/۰۴

عدم استفاده از مایعات حین غذا خوردن  
استفاده از داروهای ضد تهوع طبق دستور پزشک  
استفاده از غذاهای نرم و سبک  
پیاده روی

نوشیدن مایعات و استفاده از روغن زیتون / کنجد روی وعده های غذایی به منظور کنترل یبوست  
استفاده از خورده یخ به منظور جلوگیری از افت دهان

ii. عوارض عمومی داروهای شیمی درمانی مانند : تهوع و استفراغ، بی اشتهایی، ضعف، سرگیجه ، خشکی و افت دهان، تاری دید و راه های مقابله با هریک را متناسب با نوع بیماری و رژیم دارویی ، به بیمار یادآور شوید ( نکات فوق، به تفصیل در دستورالعمل EU-W-۰۰۱/۰۲ خود مراقبتی در بیماری های شایع اطفال و بزرگسال ) ذکر شده است.

محتوی آموزش های **اختصاصی** خود مراقبتی حین بستری ( بر اساس رژیم دارویی )

**آموزش تخصصی (بیماری ITP) بدو ورود (تمام نکات در بخش های اطفال جهت والدین توضیح داده شود)**

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 ITP انجام دهید
- ✓ حین صحبت، نیاز سنجی از بیمار و در صورت کوچک بودن از والدین بیمار، را انجام دهید
- ✓ در زمینه نوع بیماری، پیامد های احتمالی ناشی از دارو درمانی، و ابهامات به بیمار توضیح دهید.



عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-002/04	۱/۲	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۳۹۸/۰۸/۳۰

- ✓ پمفلت یا بروشور مورد نیاز در زمینه بیماری ITP را در اختیار بیمار قرار دهید.
- ✓ به بیمار خاطر نشان کنید بر اساس پروتکل دارو از ۳ تا ۵ روز در بخش بستری است.
- ✓ نحوه استفاده از بارکد خوان نصب شده در اتاق بیمار را به والدین بیمار توضیح دهید.
- ✓ خاطر نشان فرمائید کتابچه بیماری ITP و فیلم آموزشی بر روی سایت موجود است و بوسیله بارکد خوان میتوانند استفاده نمایند.
- ✓ 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. (والدین بیمار)

به بیمار/همراه بیمار، بدهید.

آموزش تخصصی به بیمار حین بستری (تمام نکات در بخش های اطفال جهت والدین توضیح داده شود)

پرستار مسئول بیمار

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



## عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۸/۰۸/۳۰	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱/۲	EU-W-۰۰۲/۰۴

- ✓ الزامات ایمنی : شستن و اسکراب دست پس از هر بار خروج از دستشویی و به صورت مستمر پس از تماس با هر وسیله ای، اسکراب دست توسط همراه بیمار پیش از ورود به اتاق، بیمار زدن ماسک ( به خصوص در مکان ها شلوغ) ، حمام و تعویض لباس روزانه، زدن ضد آفتاب حین مواجهه با نور خورشید و عوارض مواجهه با گرما و سرمای بیش از حد
- ✓ نکات تغذیه ای : استفاده از غذاهای سالم که ترجیحا آب پز یا بخار پز باشند، استفاده از آب تسویه شده حداقل ۸ لیوان در روز، استفاده از آب میوه های طبیعی، خوردن سبزیجات به صورت کاملا ضد عفونی شده و آب پز و میوه های به صورت پوست گرفته شده، اجتناب از خوردن غذاهای چرب، شور ، مانده ، کنسروی و فست فود ها، حذف غذاها و نوشیدنی های حاوی مقادیر بالای قند و شکر مصنوعی مانند : نوشابه ها
- ✓ نکات بهداشتی : شناور کردن میوه و سبزیجات به مدت حداقل ۱۰ دقیقه در آب و سرکه پیش از مصرف – استفاده از مسواک نرم و دهان شویه
- ✓ نکات روان شناسی : انجام منظم ورزش های ملایم ، آرام سازی و تعدیل سازی رفتار ، تاثیر موسیقی درمانی در کنترل اضطراب و استرس
- ✓ در صورتی که بیمار دارای پورت باشد ، نکات مراقبتی از پورت شامل: جلوگیری از ضربه به قسمت پورت کت، عدم دستکاری پورت را به بیمار یادآور شوید.
- ✓ مراقبت های گوارشی به دنبال استفاده از داروهای شیمی درمانی شامل: خوردن غذا در وعده های زیاد با حجم کم به منظور کاهش حالت تهوع، عدم استفاده از مایعات حین غذا خوردن، استفاده از داروهای ضد تهوع طبق دستور پزشک، استفاده از غذاهای نرم و سبک ، پیاده روی، نوشیدن مایعات و استفاده از روغن زیتون/کنجد روی وعده های غذایی به منظور کنترل یبوست، استفاده از خورده یخ به منظور جلوگیری از افت دهان را به بیمار یادآور شوید.



## عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-۰۰۲/۰۴	۱/۲	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۳۹۸/۰۸/۳۰

✓ عوارض عمومی داروهای شیمی درمانی مانند: تهوع و استفراغ، بی اشتها، ضعف، سرگیجه، خشکی و افت دهان، تاری دید و راه های مقابله با هر یک را متناسب با نوع بیماری و رژیم دارویی، به بیمار یادآور شوید ( نکات فوق، به تفصیل در دستورالعمل EU-W-۰۰۱/۰۲ خود مراقبتی در بیماری های شایع اطفال و بزرگسال ) ذکر شده است.

۴. کلیه ی نکات فوق را همه روزه در ساعات مشخص ( معمولاً شیفت عصر) ، 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 ( معمولاً 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. در مورد qr code ها و نحوه ی استفاده از آن به بیمار آموزش دهید.

۸. هر اقدامی برای بیمار انجام می دهید، قبل از آن توضیحات لازم فراموش نشود.

۹. داروی بیماران ITP به شرح زیر میباشد، پس از وصل دارو نام دارو و عوارض قابل درک را برای بیمار توضیح دهید.

ریتوکسیماب:

عوارض جانبی ریتوکسیماب:



تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۸/۰۸/۳۰	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱/۲	EU-W-۰۰۲/۰۴

✓ به بیمار آموزش دهید در صورت مشاهده این موارد سریع اطلاع دهد (آژیتاسیون، اضطراب، سردرد، سرگیجه، خستگی، بی خوابی، عصبی بودن، درد، آریتمی، برادی کاردی، هایپرتانسیون، هایپوتانسیون، ادم، تاکیکاردی، رینیت، سینوزیت، بی اشتها، اختلال چشایی، تهوع، استفراغ، اسهال، لکوپنی، نوتروپنی، ترومبوسیتوپنی، افزایش سرفه، برونشیت، واکنش های جلدی-مخاطی شدید، آنژیوادم، لرز).

✓ به بیمار آموزش دهید در صورت بروز اسهال موارد زیر را انجام دهد

- ✚ از یک برنامه غذایی مشخص و آب دار (شامل آب، چای کم رنگ، آب سیب، نکتار هلو یا زرد آلو، سوپ رقیق، آلاسکا یا بستنی یخی، ژله نرم و خالص) به محض شروع یا احساس شروع، استفاده نمایید. از مایعات اسیدی مثل آب گوجه فرنگی، آب مرکبات و مایعات گاز دار دوری نمایید.
- ✚ غذاهای خیلی داغ یا پر ادویه استفاده نکنید، و وعده های غذایی کوچک داشته باشد.
- ✚ از غذاهای چرب، سبوس ها، میوه ها و سبزیجات خام و کافئین اجتناب کند.
- ✚ از اینبات، نان های شیرینی، دسر های سنگین، لرزاتک ها، گوشت قورمه، کنسروها، سبزی خشک، مرباها، و مغزیجات دوری کند.
- ✚ مشروبات الکلی نخورید و از دخانیات استفاده نکنند.
- ✚ اگر به نظر می آید که لبنیات، اسهال را شدت می بخشد، از شیر و مشتقات آن استفاده نکنند.
- ✚ پتاسیم یکی از مواد معدنی مهم است که در هنگام اسهال زیاد دفع می شود، سعی کنید در وعده های غذایی خود از سیب زمینی، موز، زردآلو، یا نوشابه های ورزشی استفاده کند.
- ✚ سابقه ای از دفعات، میزان و مقدار دفع نگره دارید یا ثبت کند.
- ✚ بعد از هر بار تخلیه، ناحیه مقعد را با آب و صابون شسته، با آب گرم ابکشی کرده و خوب خشک کند.
- ✚ از یک پماد ضد آب، مثل ویتامین A و D، و یا وازلین برای چرب کردن ناحیه مقعد استفاده کند.
- ✚ نشستن در یک وان آب گرم، از میزان ناراحتی در ناحیه مقعد می کاهد.



## نام واحد: پرستاری

## عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۸/۰۸/۳۰	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱/۲	EU-W-۰۰۲/۰۴

- ✚ از داروهای ضد اسهال (با تجویز پزشک) استفاده کند.
- ✚ وقتی که اسهال شروع به بهتر شدن نمود، سعی کنید که مقادیر کوچکی از غذاهایی که هضم راحتی دارند را شروع کرده، مثل: ماست، سس سیب، موز، سیب زمینی له شده، پنیر محلی (لور) کم چرب.
- ✚ برنج و یا نان تست خشک و برشته ، ... اگر بهبودی ادامه یافت، بعد یک و یا دو روز، غذاهای معمولی روز مره را شروع کند.

## به بیمار آموزش دهید در موارد زیر با تیم سرطان تماس بگیرید :

- ✚ تخلیه شکم شش بار در روز (یا بیشتر) بوده و طی دو روز هیچ بهبودی نیافته است.
- ✚ در ناحیه مقعد و یا اطراف آن ترشح خون دیده شود یا در مدفوع خون مشاهده شود.
- ✚ بعد از شروع اسهال بیمار دو کیلو یا بیشتر وزن از دست داده باشد.
- ✚ به تازگی دچار درد شکم و دل و روده شده و نفخ معده و تورم برای دو روز یا بیشتر دارد.
- ✚ به مدت بیش از دوازده ساعت، ادرار را تخلیه نکرده باشد و یا نداشته باشد.
- ✚ بیش از بیست و چهار ساعت مایعات ننوشیده باشد.
- ✚ در اندازه گیری دهانی، حرارت بدن، به میزان ۳۸ درجه و یا بیشتر، باشد.
- ✚ بیمار تب داشته باشد.
- ✚ بعد از چند روز یبوست، بیمار، شروع به دفع مقادیر کم مدفوع به شکل اسهالی یا نشت مدفوع مایع نموده، که نشان دهنده " انسداد نهفته " یا یبوست شدید است.

## حتماً موارد زیر را در بیمار بررسی کنید:

- ✓ دقت کنید که بیمار حتماً روزانه (حداقل) سه لیتر آب را بنوشد.
- ✓ سابقه ای از میزان و دفعات تخلیه، ثبت نمایید تا این ثبت اطلاعات، به تصمیم گیری تیم یاری برساند.





کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-002/04	۱/۲	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۳۹۸/۰۸/۳۰

- ✓ به بیمار آموزش دهید قبل از استفاده از داروهای ضد اسهال (که بدون نسخه به فروش می رسند)، از پزشک معالج سوال کند.
- ✓ ناحیه مقعد را معاینه کنید که پوسته پوسته، قرمزی، یا ترک خوردگی پوست نداشته باشد.
- ✓ به بیمار آموزش دهید از پوشش های پلاستیک و پارچه، برای پیشگیری از آلودگی صندلی و بستر (توسط بیمار) استفاده کند.

به بیمار آموزش دهید در صورت بروز تب موارد زیر را رعایت کند:

- 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، پاراستامول، ایبوپروفن و گاه آسپیرین 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 لباس های نازک، مصرف نوشیدنی های خنک و کاهش دمای اتاق پایین بیاورید



**نام واحد: پرستاری**

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-002/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1398/08/30

در موارد زیر سریعاً به یک پزشک مراجعه کنید :

- ✓ نوزاد کوچکتر از ۳ ماه
- ✓ 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
- ✓ گریه دائم
- ✓ سایر موارد خطرناک

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.



عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۸/۰۸/۳۰	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱/۲	EU-W-۰۰۲/۰۴

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.

#### 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



## عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۸/۰۸/۳۰	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱/۲	EU-W-۰۰۲/۰۴

- ✓ 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.

محتوی آموزش های حین ترخیص

۱. پیشگیری از عفونت

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



## عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۸/۰۸/۳۰	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱/۲	EU-W-۰۰۲/۰۴

✓ در صورت بروز علائم عفونت و تب (درجه حرارت بالاتر از حد طبیعی بویژه اگر بالای ۳۸ درجه سانتی گراد باشد، لرز، نفس 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 سرفه های 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.

✓ غذای خود را بصورت مکرر گرم نکنید

## .II. پیشگیری از خونریزی

✓ از کفش ها و روفرشی های فاقد پاشنه استفاده نکنید

✓ از دستکش های محکم در هنگام باغبانی، بیل زدن و کار با گیاهان استفاده کنید

✓ در استفاده از کارد 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



## عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

تاریخ ابلاغ	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ بازنگری بعدی	صفحه	کد
۱۳۹۸/۰۸/۳۰	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱/۲	EU-W-۰۰۲/۰۴

✓ 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 بی اشتهایی و تهوع

✓ مصرف غذا در مقدار کم و به دفعات\* مصرف میان وعده‌های پرانرژی و پرپروتئین مانند نوشیدنی‌های 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 چاشنی‌های 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.



## نام واحد: پرستاری

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-002/04	۱/۲	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۳۹۸/۰۸/۳۰

## .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
- ✓ 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 آدامس های فاقد شکر بجوید، آبنبات ترش و تکه های کوچک یخ بمکید
- ✓ به دکتر خود در مورد وجود پلاک های سفید در دهان اطلاع دهید
- ✓ به پزشک در مورد مناطق دردناک در گلو و روش های تسکین درد خود\* انجام دستورالعمل های 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، پاراستامول، ایبوپروفن و گاه آسپیرین استفاده کنید.
- ✓ جهت کاهش دمای بدن از حوله مرطوب و خنک، پاشویه و حمام با آب ولرم استفاده کنید.



## نام واحد: پرستاری

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-002/04	۱/۲	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۳۹۸/۰۸/۳۰

- ✓ 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 لباس های نازک، مصرف نوشیدنی های خنک و کاهش دمای اتاق پایین بیاورید

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

- ✓ نوزاد کوچک تر از ۳ ماه
- ✓ دمای بیش از  $40^{\circ}\text{C}$
- ✓ کاهش وزن
- ✓ تشنج مکرر یا طولانی با وجود تلاش برای کاهش دما
- ✓ لکه هایی بر روی پوست
- ✓ بی هوش شدن
- ✓ گریه دائم
- ✓ 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.

اطمینان از ترخیص ایمن  
کارشناس آموزش به بیمار





## نام واحد: پرستاری

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-۰۰۲/۰۴	۱/۲	۱۴۰۴/۰۳/۲۶	۱۴۰۳/۰۳/۲۶	۱۳۹۸/۰۸/۳۰

- ۱- ۳-۵ روز پس از ترخیص، به کلیه ی بیماران ترخیصی تماس تلفنی برقرار نمایید.
- ۲- آموزش های لازم در پاسخ به مشکل طرح شده از سوی بیمار را ، به صورت شفاف و قابل درک به وی منتقل نمایید.
- ۳- از طریق کانال واتساپ مطالب آموزشی برای بیماران به اشتراک گذاشته شده و در صورت داشتن سوال بیماران از طریق صفحه واتساپ پاسخ آنها داده میشود.

مستندات و سوابق : برگ آموزش حین ترخیص به شماره ایزو (WRD-FO-۱۶) – برگ آموزش به بیمار در پرونده به شماره ایزو (ME-F-۰۰۵/۰۱) – دفتر لیست موارد آموزش داده شده – دفتر آموزش گروهی – دفتر ثبت آموزش به همراه هنگام ترخیص – دفتر ثبت آموزش تغذیه- امار گروه درمانی در واحد روانشناسی –دستورالعمل خودمراقبتی به شماره EU-W-۰۰۱/۰۲

منابع و مراجع :

شواهد و مدیریت کیفیت ارتقای سلامت در بیمارستانها –ترجمه دکتر اکبر نیک پژوه –زیرنظر و با مقدمه دکتر عباسعلی کریمی ،  
کتابچه راهنمای اعتبار بخشی نسل چهارم

بسمه تعالی



اداره نظارت و اعتباربخشی معاونت  
درمان

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی فارس  
مرکز آموزشی درمانی آنکولوژی امیر



نام واحد: پرستاری

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی اختصاصی به بیماران در بخش های بالینی بیماری ITP

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-002/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1398/08/30