



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 معده به بیماران در بخش های بالینی stomach

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-008/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1399/08/30

**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:**

1- **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.

**2- 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 30 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 معده به بیماران در بخش های بالینی stomach

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-008/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1399/08/30

- ✚ 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 معده) بدو ورود

پرستار مسئول بیمار

- ✓ حداکثر تا 30 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 Breast انجام دهید.
- ✓ حین صحبت، نیاز سنجی از بیمار را انجام دهید.
- 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.



## 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 معده به بیماران در بخش های بالینی stomach

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-008/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1399/08/30

✓ در زمینه نوع بیماری، پیامد های احتمالی ناشی از دارو درمانی، و ابهامات به بیمار توضیح دهید.

**سرطان معده**، سرطانی است که منشاء آن از معده میباشد. سرطان معده به آرامی و طی سالها رشد میکند و قبل از سرطانی شدن، تغییرات پیش سرطانی در لایه داخلی معده (لایه مخاطی) ایجاد میشود. این تغییرات اولیه به ندرت علائمی ایجاد میکنند و بنابراین قابل شناسایی نیستند. بیش از 95 درصد سرطانهای معده از نوع آدنوکارسینوما میباشد.

**عوامل خطر:** جنس مذکر، سن بالای 50 سال، منطقه جغرافیایی، عفونت با هلیکوباکتر، رژیم غذایی (غذا و گوشتهای دودی شده، ترشیجات و غذاهای فرآوری شده مانند سوسیس و کالباس و ...)، گروه خونی A، سیگار، چاقی و سابقه جراحی قبلی معده.

**روشهای تشخیصی:** اندوسکوپی مجاری گوارشی فوقانی، نمونه برداری و بررسی از نظر نوع آن (آدنوکارسینوما، کارسینوئید و ...)، ممکن است نمونه گرفته شده از نظر وجود پروتئینی بنام HER2 بررسی شود. بیماران که HER2 در آنها مثبت است ممکن است داروی اوستین دریافت نمایند. سی تی اسکن و MRI، Upper gastrointestinal (GI) series

**درمان:** شامل جراحی، شیمی درمانی، درمان هدفمند، ایمنی درمان و پرتودرمانی

**جراحی:** بخشی از درمان سرطان معده میباشد. به روشهای زیر انجام میشود: برداشتن توده های کوچک بوسیله اندوسکوپی، پارشیال گاسترکتومی (قسمتی از معده برداشته میشود)، گاسترکتومی کامل، گذاشتن ژژنوستومی تیوپ در روده بیمار جهت انجام تغذیه بیمار از طریق آن و ...

**شیمی درمانی:** در این روش با استفاده از دارو موجب از بین رفتن سلولهای سرطانی میشوند. دارو میتواند به صورت سیستمی یا منطقه ای (دارو مستقیماً به سرخرگ کبدی تزریق میگردد) داده میشود. داروی شیمی درمانی میتواند قبل



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 معده به بیماران در بخش های بالینی stomach

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-008/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1399/08/30

از جراحی (Neoadjuvant)، پس از جراحی (Adjuvant) داده شود و یا به عنوان درمان اصلی در بیماران مبتلا به سرطان پیشرفته داده شود.

- ✓ پمفلت یا بروشور مورد نیاز در زمینه بیماری سرطان معده را در اختیار بیمار قرار دهید.
- ✓ به بیمار خاطر نشان کنید بر اساس پروتکل دارو از 3 تا 5 روز در بخش بستری است.
- ✓ 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

1. حداکثر تا 30 دقیقه پس از شروع هر شیفت، خود را با روی گشاده به بیمار معرفی کنید.
2. کارت مشخصات خود را بالای سر بیمار بگذارید.
3. پس از معرفی خود به بیمار، آموزش های عمومی را به صورت چهره به چهره در هر شیفت تکرار کنید.



## 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 معده به بیماران در بخش های بالینی stomach

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-008/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1399/08/30

4. همه روزه در ساعات مشخص (معمولا شیفیت عصر)، کلیه ی نکات آموزشی که در زمان بستری ذکر شد به صورت گروهی و در بخش به همراهان بیمار آموزش دهید.
5. فیلم آموزشی تهیه شده در زمینه ی کلیه ی نکات خود مراقبتی را همه روزه در ساعات مشخص شده (معمولا 10 صبح و 5 عصر) در اتاق بیماران پخش نمایید.
6. مکان قرارگیری پمفلت های آموزشی در بخش را به بیمار اطلاع رسانی کرده و در صورت نیاز، در اختیار وی قرار دهید.
7. هر اقدامی برای بیمار انجام می دهید، قبل از آن توضیحات لازم فراموش نشود.
8. داروی بیماران سرطان معده به شرح زیر میباشد، پس از وصل دارو نام دارو و عوارض قابل درک را برای بیمار توضیح دهید.

## تاکسوتر

بیماران مبتلا به نوتروپنی و یا در آن هایی که دچار نوروپاتی محیطی شده اند و همچنین در بیماران مبتلا به اختلالات کبدی نیاز به کاهش دوز تجویزی می باشد. عمدتاً به شکل متابولیت ها از طریق مدفوع دفع می گردد. تنها حدود 6٪ از دوز تجویزی از طریق ادرار دفع می گردد. نیمه عمر حذف نهایی آن حدود 11 ساعت می باشد. در اختلالات کبدی، پاکسازی دارو کاهش می یابد.

✓ به بیمار آموزش دهید آنتمی و واکنش های پوستی شایع می باشند و می توانند شدید باشند. در صورت ضعف شدید و بثورات پوستی به پزشک خود اطلاع دهند.



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 معده به بیماران در بخش های بالینی stomach

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-008/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1399/08/30

✓ به بیمار تاکید کنید، از عوارض دارو احتباس مایعات در بدن میباشند که منجر به ادم می شود، آسیت و پلورال افیوژن و افزایش وزن شایع هستند و درمان با یک کورتیکواستروئید (طبق تجویز پزشک) می تواند از احتباس مایعات بکاهد هم چنین از شدت واکنش های افزایش حساسیت نیز می کاهد.

#### فلوئوراسیل:

به بیمار آموزش دهید واکنش های التهابی یا حساسیتی، سوزش، درماتیت تماسی، افزایش حساسیت پوست به نور، خارش، ترشح، درد یا حساس شدن موضع به لمس از عوارض جانبی مهم و نسبتاً شایع می باشند.

از عوارض شایع که باید به بیمار توضیح دهید، آفت دهان و حساسیت به نور آفتاب میباشد. برای بیمار توضیحات زیر را ارائه دهید.  
جهت جلوگیری از بوجود آمدن آفت دهان:

- ✓ به بیمار تاکید کنید حداقل سه بار در روز از دهانشویه بدون الکل استفاده نماید
- ✓ به بیمار تاکید کنید از مسواک نرم استفاده کند
- ✓ به بیمار آموزش دهید در صورت بوجود آمدن آفت دهان از قطره نیستاتین استفاده کند
- ✓ به بیمار طرز تهیه کوکتل (شربت آلومنیوم ام جی + شربت دیفن هیدرامین + قطره نیستاتین) را آموزش دهید.
- ✓ به بیمار توصیه کنید دارو از طریق گاز دهان دفع شده و توجه به بهداشت دهان ضروری است



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 معده به بیماران در بخش های بالینی stomach

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-008/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1399/08/30

- ✓ به بیمار توصیه کنید در زمان بروز زخم دهان از خوردن ترشیجات خودداری کند.
- ✓ به بیمار توصیه کنید در مواجهه با آفتاب، حتماً از کرم ضد آفتاب و لباس آستین بلند استفاده کند.

### اگزالای پلاتین

- ✓ به بیمار بگویید درد (ممکن است در همه جای بدن وجود داشته باشند یا مانند درد تیر کشنده و دردناک بیاید و برود).  
میتوانند از مسکن استفاده کنند.
- ✓ به بیمار آموزش دهید احتمال احساس مورمور شدن (احساس سوزش یا سوزن سوزنی شدن) یا برق و شوک مانند درد داشته باشند که بایستی از آب سرد دوری کنند و در هنگام برداشتن چیزی از یخچال از دستکش استفاده نمایند.
- ✓ به بیمار آموزش دهید فاز دست دادن حس (که می تواند بی حسی یا توانایی کمتر در احساس فشار، لمس، گرما یا سرما باشد) طبیعی میباشد.
- ✓ به بیمار بگویید امکان دارد، مشکل در استفاده از انگشتان دست برای برداشتن و نگاه داشتن اشیا، از دست افتادن اشیا داشته باشند. بهتر است از اطرافیان کمک بگیرند.
- ✓ به بیمار بگویید بخاطر وجود عدم تعادل حساسیت بیشتر به سرما یا گرما، افتادن یا لغزش در هنگام راه رفتن، کاهش عضلات و ضعف عضلات حتماً از وسایل کمکی در جابجایی استفاده کنند.
- ✓ به بیمار بگویید نوروپاتی می تواند درد شدید ایجاد کند و می تواند بر توانایی شما در انجام کارهایی نظیر راه رفتن، نوشتن، بستن دکمه پیراهن یا برداشتن سکه تأثیر بگذارد. اگر نوروپاتی خیلی بد شود، می تواند مشکلات جدی مانند تغییر ضربان قلب و فشارخون، افتادن های خطرناک، مشکل تنفس، فلج، یا نارسایی اندام به همراه داشته باشد.



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 معده به بیماران در بخش های بالینی stomach

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-008/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1399/08/30

#### سیس پلاتین

- ✓ به بیمار آموزش دهید از عوارض شایع سیس پلاتین کم خونی ثانویه، نوتروپنی، ترمبوسیتوپنی، سمیت کلیوی، افزایش اسید اوریک خون یا نفروپاتی ناشی از اسید اوریک و سمیت شنوایی می باشد
- ✓ به بیمار بگویید چنانچه نارسایی در شنوایی دارد اطلاع دهد.
- ✓ بیمار را از نظر شنوایی چک کنید.
- ✓ طی مصرف دارو، ارزیابی نورولوژیک بیمار را انجام دهید.

#### اپی روبیسین

- ✓ از بیمار بخواهید از آنجا که دارو ممکن است موجب مشکلات قلبی شود هر نوع درد قفسه سینه و مشکلات تنفسی را اطلاع دهد.
- ✓ میزان اسید اوریک خون را چک کنید و از بیمار بخواهید هر نوع اختلال در دفع ادراری را اطلاع دهد.

فولینیک اسید، اوستین و اربیتاکس عوارض شایعی ندارند و فقط در مورد حساسیت به دارو حین تزریق به بیمار آموزش دهید.

آموزش تخصصی به بیمار حین بستری

مسئول آموزش به بیمار





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 معده به بیماران در بخش های بالینی stomach

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-008/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1399/08/30

- ✚ 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.

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.



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 معده به بیماران در بخش های بالینی stomach

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-008/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1399/08/30

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.

### محتوی آموزش های حین ترخیص

#### I. 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 6-8 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



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 معده به بیماران در بخش های بالینی stomach

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-008/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1399/08/30

- ✓ 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 کرم های مرطوب کننده)، اجتناب کنید.
- ✓ در صورت بروز علائم عفونت و تب (درجه حرارت بالاتر از حد طبیعی بویژه اگر بالای 38 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 48 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



## 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 معده به بیماران در بخش های بالینی stomach

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-008/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1399/08/30

- ✓ از دستکش‌های 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
- ✓ 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\* 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



## 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 معده به بیماران در بخش های بالینی stomach

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-008/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1399/08/30

- ✓ 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.

## .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 آدامس‌های فاقد شکر بجوید، آبنبات 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



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 معده به بیماران در بخش های بالینی stomach

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-008/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1399/08/30

✓ 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 برهائی 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.

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

- ✓ دمای بیش از  $40^{\circ}\text{C}$
- ✓ 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.



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 معده به بیماران در بخش های بالینی stomach

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-008/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1399/08/30

اطمینان از ترخیص ایمن

کارشناس آموزش به بیمار

1- 3-5 روز پس از ترخیص، به کلیه ی بیماران ترخیصی تماس تلفنی برقرار نمایید.

2- آموزش های لازم در پاسخ به مشکل طرح شده از سوی بیمار را، به صورت شفاف و قابل درک به وی منتقل نمایید.

3- 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-16) – برگ آموزش به بیمار در پرونده به شماره ایزو (ME-) F-005/01 - 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-001/02

منابع و مراجع:



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 معده به بیماران در بخش های بالینی stomach

کد	صفحه	تاریخ بازنگری بعدی	تاریخ آخرین بازنگری	تاریخ ابلاغ
EU-W-008/04	1/2	1404/03/26	1403/03/26	1399/08/30

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

Stomach Cancer. American Cancer Society. <https://www.cancer.org/cancer/stomach-cancer.html>.

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