

عنوان دستورالعمل: آموزش خودمراقبتی به بیماران در بخش های بالینی	کد: Nurs3D
دامنه مربوطه: کلیه بخش های بالینی	تاریخ آخرین بازنگری: ۹۵/۰۹/۲۵
	تاریخ ابلاغ: ۹۵/۱۰/۵

**تعاریف: OOB** (خارج شدن از تخت) پوزیشن (وضعیت) پروسیجر (اقدامات تشخیصی-درمانی)

**هدف:** ارتقاء سطح سلامت و بهداشت افراد جامعه در سایه توانمندسازی بیماران در امر خودمراقبتی، ارتقاء و بهبود وضعیت بالینی بیماران به وسیله آموزش به بیماران و خانواده های آنان در مورد رفتارهای بهداشتی و خودمراقبتی.

**روش کار:**

(سطح مسئولیت سرپرستار / پرستار / پزشک)

- بیماران را در بدو ورود از طریق مصاحبه و تکمیل فرم ارزیابی اولیه در زمینه توانائی خودمراقبتی غربالگری کنید.

- در گزارش پرستاری و کاردکس بیمارانی که در قسمت خودمراقبتی دچار مشکل بوده (مشکل بینایی- شنوایی- تحرک- ذهنی و...) را ثبت کنید و مشخص نمائید.

- به گروههای مرتبط با این بیماران مثل پزشک، خدمات، نگهبان، فیزیوتراپ، کارشناس تغذیه مشکل بیمار را جهت ارائه خدمات بهینه اطلاع رسانی کنید.

- در زمان بستری بیماران در زمینه خودمراقبتی با توجه به سطح توانائی بیمار موارد ذیل را آموزش دهید:

۱- معرفی بخش، خدمات غیردرمانی (پله اضطراری، سرویس های بهداشتی- امکانات رفاهی)

۲- قوانین کلی بخش (نحوه دسترسی به پرستار، خدمات، توزیع غذا، مرکز تلفن، پزشک)

۳- نوع بیماری و نحوه مراقبت (توضیحات مختصر در مورد فرایند بیماری) علائم و نشانه ها

۴- عوارض مهم دارو ( با توجه به سطح تحصیلات)

۵- میزان فعالیت (استراحت مطلق، استراحت نسبی، OOB، میزان و شروع فعالیت بعد از عمل و پوزیشن های مناسب برای بیمار.

۶- تغذیه (نوع تغذیه، رعایت رژیم غذایی)

۷- ایمنی و احتیاطات ( نحوه مراقبت از اتصالات، درن، مانیتورینگ، سنداداری، سرم ها و...) - نرده کنار تخت

۸- مدیریت درد (نحوه اطلاع رسانی در زمان درد و درخواست مسکن)

۹- اقدامات تشخیصی درمانی برائت و رضایت از هرگونه اقدامات تشخیصی، تهاجمی - آمادگی و مراقبت های قبل از پروسیجر -  
آمادگی و مراقبت های بعداز پروسیجر

۱۰- نشانه های خطر حین بستری (درد، خونریزی، تب، اسهال و...)

۱۱- مراقبتهای قبل و بعداز عمل (ناشتابودن، فعالیت، پوزیشن، مراقبت از زخم، مراقبت از اتصالات)

۱۲- مراقبت از زخم و پوزیشن ، علائم زخم بستر و...

۱۳- مسائل بهداشت فردی (شستشوی دست، شستشوی دهان و دهان شویه)

۱۴- خواب و استراحت (عدم خوابیدن، مشکل در خوابیدن)

۱۵- الگوی دفع (یبوست، اسهال، اشکال در الگوی ادراری)

- آموزشهای خودمراقبتی را در زمان ترخیص با توجه به توانائی بیمار با ارائه برگ آموزش حین ترخیص توسط پزشک و پرستار تکمیل می شود به بیماران ارائه دهید.

۱- زمان مراجعه پزشک

۲- نحوه مصرف دارو در منزل

۳- برنامه مراقبتی (مراقبت از زخم، بهداشت فردی، فعالیت ها، و ورزش ها، شروع مجدد محدوده فعالیت جنسی)

۴- تغذیه پس از ترخیص

۵- فعالیت های پس از ترخیص (زمان از سرگیری فعالیت های طبیعی، شروع مجدد فعالیت حرفه ای و شغلها، میزان محدودیت در فعالیت)

۶- نشانه های خطر پس از ترخیص (علائم هشداردهنده که بایستی با بروز آنها سریعا به پزشک مراجعه نماید)

۷- چگونگی دستیابی به مراقبت های اورژانس (تلفن های تماس اضطراری بیمارستان، مطب پزشک) و نحوه دسترسی و مراجعه به آنها در موارد بروز علائم هشدار دهنده.

۸- کلیه اقدامات و توضیحات خودمراقبتی را برای بیماران که تمایل جذب آموزش در صورت شنیداری دارند بصورت چهره به چهره هم آموزش دهید.

۹- پمفلت های مرتبط با هریک از سطوح بالا در هنگام ترخیص به بیماران ارائه دهید.

۱۰- جهت ارزیابی برنامه ریزی آموزش: پس از اتمام آموزش از بیمار پرسید که آیا مطالب را درک کرده است و مطمئن شوید بیمار دچار سوء تفاهم یا سوء برداشت نشده است.

۱۱- جهت بازخورد بهتر از آموزش چهره به چهره توضیحات را به بیمار و یک نفر همراه آگاه به بیمار ارائه دهید.

۱۲- از نوشتن جملات مبهم در فرمها خودداری نمائید.

۱۳- جهت اطمینان از دریافت اطلاعات در زمینه خودمراقبتی در بیماران بستری در ابتدای هر شیفت با پرسیدن سؤال از بیمار از دریافت و درک مطالب اطمینان حاصل کنید.

امکانات و تسهیلات و کارکنان : پرستار / پمفلت آموزشی / فرم آموزش به بیمار		
منابع: استفاده از اطلاعات فرم ارزیابی اولیه- پمفلت ها - فرم آموزش به بیمار در زمان ترخیص (پزشک-پرستار)		
نام و سمت تهیه کنندگان :	نام و سمت تایید کننده :	نام و سمت ابلاغ کننده:
<p>طاهره ملکی (سوپروایزر آموزشی)</p> <p>هاجر مسلمی (سرپرستار اعصاب)</p> <p>عصمت حاج حسینی (سرپرستار اورژانس)</p> <p>منصوره فارسی (سرپرستار اتاق عمل)</p> <p>مهديه نظری (سرپرستار جراحی)</p>	<p>طیبه سروی (مدیر پرستاری)</p>	<p>دکتر علیرضا نظری (ریاست بیمارستان)</p>