



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز

بیمارستان دکتر علی شریعتی کرج

دستورالعمل (Instruction)

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی در پنج بیماریهای شایع بیمارستان

دامنه دستورالعمل: کلیه بخش های بالینی

کد دستورالعمل: SH.QI.IN.HS.05.26

تاریخ تدوین: 6/9/99

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۳/۳

تاریخ بازنگری مجدد: ۱۴۰۶/۳/۳

هدف:

- آموزش اثربخش بیماران با هدف ارتقای کیفیت خدمات درمانی
- افزایش رضایتمندی بیماران و کاهش عواقب و هزینه های بیماری

تعاریف:

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

گامهای دقیق انجام کار: (به ترتیب اجرای آن با مشخص کردن مسئول انجام) :

خود مراقبتی در آژن صدری

۱. پزشک/ پرستار اهمیت و نحوه رعایت رژیم غذایی را به بیمار بیاموزد.
۲. پزشک/ پرستار دستورات دارویی لازم را برای بیمار شرح دهد.
۳. پزشک/ پرستار علائم هشدار لازم را برای بیمار شرح دهد.
۴. پزشک/ پرستار و فعالیت توصیه شده را برای بیمار شرح دهد.
۵. پزشک/ پرستار علایم افزایش و کاهش قند را برای بیمار شرح دهد.
۶. پزشک/ پرستار لزوم رعایت بهداشت و مراقبت از پاها را به بیمار بیاموزد.
۷. پزشک/ پرستار لزوم اهمیت چک آزمایشات را به بیمار بیاموزد.
۸. آموزش مراجعه منظم به پزشک معالج توسط پزشک/ پرستار صورت گیرد.
۹. پزشک/ پرستار با طرح سوالاتی از بیمار مانند دانستن چه مطلبی برای شما حائز اهمیت است تا بتوانید به طور کافی از خودتان مراقبت نمائید ، امکان شرکت فعال بیمار در برنامه ریزی طرح مراقبت از خود را فراهم کنند.
۱۰. پزشک/ پرستار اثربخشی آموزش های ارائه شده را در هر شیفت ارزیابی نمایند.
۱۱. پزشک/ پرستار اقدامات آموزشی خود و اثربخشی آنها را در فرم های آموزش به بیمار و پرونده بیمار ثبت نمایند



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز

بیمارستان دکتر علی شریعتی کرج

دستورالعمل (Instruction)

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی در پنج بیماریهای شایع بیمارستان

دامنه دستورالعمل: کلیه بخش های بالینی

کد دستورالعمل: SH.QI.IN.HS.05.26

تاریخ تدوین: 6/9/99

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۳/۳

تاریخ بازنگری مجدد: ۱۴۰۶/۳/۳

خود مراقبتی در SEPSIS

۱. پزشک و پرستار درمورد نوع بیماری و علایم به بیمار توضیح دهد.
۲. پزشک و پرستار اهمیت رعایت بهداشت در درمان و پیشگیری از ابتلا به بیماری را برای بیمار شرح دهد.
۳. پزشک و پرستار اهمیت مصرف داروها و نحوه مصرف آن را برای بیمار شرح دهد.
۴. پزشک و پرستار اهمیت رژیم غذایی مناسب را برای بیمار شرح دهد.
۵. پزشک و پرستار علایم هشدار را برای بیمار شرح دهد.
۶. پزشک و پرستار اهمیت و نحوه انجام تمرینات تنفسی را برای بیمار شرح دهد.
۷. پزشک و پرستار اهمیت ترک مصرف دخانیات و الکل در روند بهبودی برای بیمار شرح دهد.
۸. پزشک و پرستار اهمیت و نحوه شروع فعالیت های سبک بدنی بعد از فروکش کردن تب را برای بیمار شرح دهد.
۹. پزشک و پرستار زمان مراجعه بعدی به پزشک را برای بیمار شرح دهد.
۱۰. پزشک/ پرستار با طرح سوالاتی از بیمار مانند دانستن چه مطلبی برای شما حائز اهمیت است تا بتوانید به طور کافی از خودتان مراقبت نمائید ، امکان شرکت فعال بیمار در برنامه ریزی طرح مراقبت از خود را فراهم کنند.
۱۱. پزشک/ پرستار اثربخشی آموزش های ارائه شده را در هر شیفت ارزیابی نمایند.
۱۲. پزشک/ پرستار اقدامات آموزشی خود و اثربخشی آنها را در فرم های آموزش به بیمار و پرونده بیمار ثبت نمایند.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز

بیمارستان دکتر علی شریعتی کرج

دستورالعمل (Instruction)

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی در پنج بیماریهای شایع بیمارستان

دامنه دستورالعمل: کلیه بخش های بالینی

کد دستورالعمل: SH.QI.IN.HS.05.26

تاریخ تدوین: 6/9/99

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۳/۳

تاریخ بازنگری مجدد: ۱۴۰۶/۳/۳

خود مراقبتی در پنومونی

۱۳. پزشک و پرستار درمورد نوع بیماری و علایم به بیمار توضیح دهد.
۱۴. پزشک و پرستار اهمیت رعایت بهداشت در درمان و پیشگیری از ابتلا به بیماری را برای بیمار شرح دهد.
۱۵. پزشک و پرستار اهمیت مصرف داروها و نحوه مصرف آن را برای بیمار شرح دهد.
۱۶. پزشک و پرستار اهمیت رژیم غذایی مناسب را برای بیمار شرح دهد.
۱۷. پزشک و پرستار علایم هشدار را برای بیمار شرح دهد.
۱۸. پزشک و پرستار اهمیت و نحوه انجام تمرینات تنفسی را برای بیمار شرح دهد.
۱۹. پزشک و پرستار اهمیت ترک مصرف دخانیات و الکل در روند بهبودی برای بیمار شرح دهد.
۲۰. پزشک و پرستار اهمیت و نحوه شروع فعالیت های سبک بدنی بعد از فروکش کردن تب را برای بیمار شرح دهد.
۲۱. پزشک و پرستار اهمیت دوری از افراد مشکوک به آلودگی به ویروس های تنفسی را برای بیمار شرح دهد.
۲۲. پزشک و پرستار اهمیت بهداشت فردی و شستن دست را شرح دهد.
۲۳. پزشک و پرستار زمان مراجعه بعدی به پزشک را برای بیمار شرح دهد.
۲۴. پزشک/ پرستار با طرح سوالاتی از بیمار مانند دانستن چه مطلبی برای شما حائز اهمیت است تا بتوانید به طور کافی از خودتان مراقبت نمائید ، امکان شرکت فعال بیمار در برنامه ریزی طرح مراقبت از خود را فراهم کنند.
۲۵. پزشک/ پرستار اثربخشی آموزش های ارائه شده را در هر شیفت ارزیابی نمایند.
۲۶. پزشک/ پرستار اقدامات آموزشی خود و اثربخشی آنها را در فرم های آموزش به بیمار و پرونده بیمار ثبت نمایند



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز

بیمارستان دکتر علی شریعتی کرج

دستورالعمل (Instruction)

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی در پنج بیماریهای شایع بیمارستان

دامنه دستورالعمل: کلیه بخش های بالینی

کد دستورالعمل: SH.QI.IN.HS.05.26

تاریخ تدوین: 6/9/99

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۳/۳

تاریخ بازنگری مجدد: ۱۴۰۶/۳/۳

خود مراقبتی در هر فی

۱. پزشک/ پرستار شرح مختصری در مورد بیماری و علت بروز آن را برای بیمار بیان کند.
۲. پزشک/ پرستار علایم و نشانه های بیماری و نحوه برخورد با درد در هنگام فعالیت علائم هشدار و عوارض جراحی را برای بیمار بیان کند.
۳. پزشک/ پرستار رژیم غذایی مناسب برای بیمار را شرح دهد.
۴. پزشک/ پرستار میزان فعالیت مجاز را برای بیمار را شرح دهد.
۵. پزشک/ پرستار اهمیت ترک مصرف دخانیات و الکل در روند بهبودی برای بیمار شرح دهد.
۶. پزشک و پرستار اهمیت مصرف داروها و نحوه مصرف آن را برای بیمار شرح دهد.
۷. پزشک و پرستار زمان و اهمیت مراجعه بعدی به پزشک را برای بیمار شرح دهد.
۸. پزشک/ پرستار با طرح سوالاتی از بیمار مانند دانستن چه مطلبی برای شما حائز اهمیت است تا بتوانید به طور کافی از خودتان مراقبت نمائید ، امکان شرکت فعال بیمار در برنامه ریزی طرح مراقبت از خود را فراهم کنند.
۹. پزشک/ پرستار اثربخشی آموزش های ارائه شده را در هر شیفت ارزیابی نمایند.
۱۰. پزشک/ پرستار اقدامات آموزشی خود و اثربخشی آنها را در فرم های آموزش به بیمار و پرونده بیمار ثبت نمایند



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز

بیمارستان دکتر علی شریعتی کرج

دستورالعمل (Instruction)

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی در پنج بیماریهای شایع بیمارستان

دامنه دستورالعمل: کلیه بخش های بالینی

کد دستورالعمل: SH.QI.IN.HS.05.26

تاریخ تدوین: 6/9/99

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۳/۳

تاریخ بازنگری مجدد: ۱۴۰۶/۳/۳

خود مراقبتی در دیابت:

۱. پزشک/ پرستار شرح مختصری در مورد بیماری و علت بروز آن را برای بیمار بیان کند.
۲. پزشک/ پرستار علائم و نشانه های بیماری را برای بیمار بیان کند.
۳. پزشک/ پرستار رژیم غذایی مناسب در حین بستری و زمان ترخیص را برای بیمار را شرح دهد.
۴. پزشک/ پرستار اهمیت آگاهی از وزن و میزان برون ده ادرار را برای بیمار شرح دهد
۵. پزشک/ پرستار علائم افزایش و کاهش قند را برای بیمار شرح دهد.
۶. پزشک/ پرستار لزوم رعایت بهداشت و مراقبت از پاها را به بیمار بیاموزد.
۷. پزشک/ پرستار لزوم اهمیت چک قند را به بیمار بیاموزد
۸. پزشک/ پرستار اهمیت ترک مصرف دخانیات و الکل در پیشگیری و بهبود بیماری برای بیمار شرح دهد
۹. پزشک و پرستار اهمیت مصرف داروها و نحوه مصرف آن را برای بیمار شرح دهد.
۱۰. پزشک و پرستار زمان و اهمیت مراجعه بعدی به پزشک را برای بیمار شرح دهد.
۱۱. پزشک/ پرستار با طرح سوالاتی از بیمار مانند دانستن چه مطلبی برای شما حائز اهمیت است تا بتوانید به طور کافی از خودتان مراقبت نمائید ، امکان شرکت فعال بیمار در برنامه ریزی طرح مراقبت از خود را فراهم کنند.
۱۲. پزشک/ پرستار اثربخشی آموزش های ارائه شده را در هر شیفت ارزیابی نمایند.
۱۳. پزشک/ پرستار اقدامات آموزشی خود و اثربخشی آنها را در فرم های آموزش به بیمار و پرونده بیمار ثبت نمایند



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز

بیمارستان دکتر علی شریعتی کرج

دستورالعمل (Instruction)

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی در پنج بیماریهای شایع بیمارستان

دامنه دستورالعمل: کلیه بخش های بالینی

کد دستورالعمل: SH.QI.IN.HS.05.26

تاریخ تدوین: 6/9/99

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۳/۳

تاریخ بازنگری مجدد: ۱۴۰۶/۳/۳

منابع / مراجع :

پروتکل و راهنمای اجرای برنامه ارتقا سلامت (آموزش همگانی و بیماران) در بیمارستان های تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی البرز

تهیه کنندگان :	نام و نام خانوادگی :	امضاء :
	معصومه سرداری (سوپروایزر آموزشی)	
	فروغ میرسلیمی (سوپر وایزر ارتقاء سلامت)	
	مریم نیک مرام (کارشناس بهبود کیفیت)	
	سکینه مرادی (سرپرستار بخش زنان)	
تأیید کننده :	محبوبه حاجی قاسمی (مدیر پرستاری)	
تصویب کننده :	دکتر محمد کشاورز روحی (ریاست بیمارستان)	



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز

بیمارستان دکتر علی شریعتی کرج

دستورالعمل (Instruction)

عنوان دستورالعمل: آموزش خود مراقبتی در پنج بیماریهای شایع بیمارستان

دامنه دستورالعمل: کلیه بخش های بالینی

کد دستورالعمل: SH.QI.IN.HS.05.26

تاریخ تدوین: 6/9/99

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۳/۳

تاریخ بازنگری مجدد: ۱۴۰۶/۳/۳