



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

پیس میکر داخلی

			شماره پرونده:
نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> مرد	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:
بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:			
<b>مراقبت در منزل:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- غذاهای فیبر دار مانند غلات، حبوبات، میوه و سبزی (سالاد بدون سس همراه با آلبیمو و سرکه) مصرف کنید.</li> <li>- گوشت سفید مانند مرغ و ماهی به خصوص اگر آب پز یا کبابی باشد بهتر است.</li> <li>- از خوردن چای و قهوه پر رنگ و نوشیدنی‌های حاوی کافئین خودداری کنید.</li> <li>- حتی المقدور از مصرف چربی، نمک، شیرینی، کیک خامه ای، گوشت قرمز و غذاهای چرب پرهیز کنید.</li> <li>- به تدریج که احساس بهبود پیدا کردید، فعالیت هایی را که در زندگی عادی و طبیعی خود داشتید از سر بگیرید. با نظر پزشک فعالیت‌هایی نظیر مسافرت، رانندگی، استحمام، حتی شنا و ورزش با داشتن پیس میکر، پرهیز یا ممنوعیت خاصی به همراه ندارد.</li> <li>- از فعالیت‌هایی که ایجاد ناراحتی تنفسی، خستگی زیاد و درد قفسه سینه می کند خودداری کنید.</li> <li>- از پوشیدن لباس‌های تنگ و محدود کننده که منجر به سایش محل برش می شود اجتناب کنید.</li> <li>- استعمال دخانیات را متوقف کنید.</li> <li>- بجای سه وعده غذا از پنج وعده غذای سبک استفاده کنید.</li> <li>- از افزایش وزن جلوگیری کنید و با نظر پزشک مسئول سعی در کاهش وزن داشته باشید.</li> <li>- پس از صرف غذا 30-15 دقیقه استراحت کنید و از پرخوری و عجله کردن هنگام غذا خوردن خودداری کنید.</li> <li>- برای حداقل 2 هفته از تماس جنسی خودداری کنید.</li> <li>- از حضور در حمام خیلی گرم و خیلی سرد و همچنین قرار گرفتن در هوای سرد یا گرم و راه رفتن در باد خودداری کنید.</li> <li>- استفاده از تلفن همراه محدودیت ندارد، قراردادن تلفن در فاصله حداقل 15 سانتی متری و صحبت کردن با گوش سمت مقابل تعبیه پیس میکر کافیست. هم چنین تلفن همراه را در جیب سمت مقابل تعبیه باطری قرار دهید.</li> <li>- در فرودگاه از گیت های فلز یاب عبور نکنید و با ارائه کارت شناسائی خود درخواست کنید که فقط بازرسی بدنی با دست شوید.</li> <li>- 4-6 هفته طول می کشد تا بهبودی لازم حاصل شود. در طول این مدت همیشه قرص (TNG زیربانی) همراه داشته باشید.</li> <li>- با نظر پزشک 10 الی 14 روز بعد از تعبیه پیس میکر جهت کشیدن بخیه ها مراجعه کنید.</li> <li>- با نظر پزشک اولین تاریخ معاینه بعد از گذاشتن باطری دائم، 1 ماه بعد از ترخیص می باشد که باطری شما مجدداً تنظیم می شود.</li> <li>- با نظر پزشک و در صورت نبودن مشکل خاصی هر 6 ماه یکبار به پزشک معالج پیس میکر مراجعه کنید.</li> </ul> <p><b>در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- در صورت بروز علائمی مانند اشکال در تنفس، سرگیجه، دوران سر، ضعف و حالت غش و طولانی شدن خستگی، ابتدا مبادرت به شمارش نبض نموده و متعاقباً فوراً مراتب را به پزشک معالج گزارش دهید.</li> <li>- در صورت افزایش و یا کاهش تعداد نبض، تب، تورم، قرمزی و احیاناً وجود ترشحات در محل تعبیه پیس میکر</li> <li>- سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی</li> </ul>			