



دستور العمل (Instruction)

مرکز آموزشی درمانی / بیمارستان:

عنوان: آموزش خودمراقبتی به بیماران در بخش های بالینی

کد دستور العمل:

تاریخ ویرایش: ۱۳۹۹/۰۳/۱۲

تاریخ بازنگری: ۱۳۹۸/۰۳/۱۹

تعداد صفحه: ۱ از ۴

تاریخ بازنگری بعدی:

۱۴۰۰/۰۳/۱۹

تاریخ ابلاغ: ۱۳۹۸/۰۴

تعریف:

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

هدف:

- افزایش آگاهی، توانمندی بیماران و همراهان در جهت مشارکت در مراقبتهای درمانی
- کاهش دوره ی بستری و هزینه های درمانی

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

- ۱_ خود را به بیمار / همراه معرفی کنید و از مهارت های برقراری ارتباط موثر (ایجاد همدلی، مثبت اندیشی، امید بخشی، حمایت،...) استفاده نمایید.
- ۲_ نیازهای آموزشی خودمراقبتی مددجو را در مرحله بدو ورود از قبیل، مفهوم بیماری، علائم، عوارض هشداردهنده، کنترل عفونت، مدیریت درد، محدوده فعالیت فیزیکی، حفظ ایمنی بیمار، تنفس موثر و پوزیشن مناسب از طریق مشاهده و مصاحبه با مددجو/ همراه شناسایی نموده و در فرم ارزیابی اولیه ثبت نمایید.
- ۳_ الویت های آموزشی بیمار/ همراه را تعیین کنید:
 - ۱_ اولویت آموزشی با توجه نتایج نیازسنجی آموزشی از مددجو/همراه (بر اساس سن، جنس، تشخیص بیماری، سطح هوشیاری بیمار، مزن یا حاد بودن، فرهنگ، زبان، سطح تحصیلات، سطح سواد بهداشتی، نظر پزشک، اولویتهای آموزشی کارگروه آموزش به بیمار در بدو ورود)
 - ۲_ الویت نیازهای آموزشی شناسایی شده توسط پزشک معالج
 - ۳_ الویت نیازهای آموزشی شناسایی شده توسط کارگروه آموزش به بیمار
 - ۴_ شیوه ی آموزشی مناسب را با توجه به سن، جنس، فرهنگ، زبان، سطح درک بیمار، تشخیص بیماری، مزن یا حاد بودن بیماری، عوارض ایجاد شده، سطح توانایی و دانش مددجو/ همراه (چهره به چهره، کارگروهی، پوستر، پمفلت، فیلم آموزشی و سایر رسانه ها) تعیین کنید.
 - ۵_ اهداف آموزش خودمراقبتی رفتاری را برای بیمار/ مددجو تعیین نمایید.
 - ۶_ امکانات آموزشی متناسب با سطح سواد، فرهنگ، روش یادگیری، سن، میزان آمادگی و ... برای آموزش به بیمار/ همراه فراهم نمایید.
 - ۷_ آموزش بدو ورود را به بیمار/ همراه ارائه دهید:
 - ۱_ بیمار / همراه را با فضای فیزیکی بخش (سرویس بهداشتی، ایستگاه پرستاری، اشپزخانه، مسیر خروج اضطراری و ...) آشنا کنید.
 - ۲_ بیمار/ همراه را با مقررات و روتین بخش (نحوه دسترسی به پزشک و پرستار، توزیع غذا، توزیع دارو، زمان ویزیت، زمان تجویز دارو، شماره تلفن بخش و بیمارستان، عدم استعمال دخانیات، رعایت بهداشت فردی، شستشوی صحیح دست، نیافت محیط، تفکیک پسماند عفونی و غیر عفونی، بالا کشیدن نرده تخت حین استراحت، به همراه نداشتن اشیاء قیمتی و پول و ...) آشنا نمایید.



دستور العمل (Instruction)

مرکز آموزشی درمانی / بیمارستان:

عنوان: آموزش خودمراقبتی به بیماران در بخش های بالینی

کد دستور العمل:

تاریخ ویرایش: ۱۳۹۹/۰۳/۱۲

تاریخ بازنگری: ۱۳۹۸/۰۳/۱۹

تعداد صفحه: ۲ از ۴

تاریخ بازنگری بعدی:

۱۴۰۰/۰۳/۱۹

تاریخ ابلاغ: ۱۳۹۸/۰۴

۷-۳_ اسم پزشک معالج و پرستار را به بیمار/ همراه اطلاع دهید.

۷-۴_ منشور حقوق بیمار (ارائه خدمات مطلوب، ارائه اطلاعات مورد نیاز، تصمیم گیری آزادانه و حق انتخاب پزشک و روش های درمانی، حفظ حریم خصوصی و رازداری) و نحوه رسیدگی به شکایات و پیشنهادات را به بیمار/ همراه آموزش دهید.

۷-۵_ در خصوص هزینه های درمان و بیمه برای بیمار/ همراه توضیح دهید.

۷-۶_ در خصوص نحوه ی احضار پرستار و استفاده از زنگ اخبار بالای سر بیمار به بیمار/ همراه توضیح دهید.

۷-۷_ آموزش های داده شده را در فرم آموزش به بیمار و گزارش پرستاری پرونده بیمار ثبت کنید.

۸_ پس از ارائه هر محتوای آموزشی اثربخشی آموزش را به روش طرح سوال در حیطه دانش، نگرش یا مشاهده اجرای عملکرد توسط بیمار/ خانواده، ارزیابی و در فرم آموزش به بیمار ثبت کنید.

۷- آموزش حین بستری را به بیمار/ همراه ارائه دهید:

۷-۱_ ماهیت بیماری (مفهوم بیماری، علل و علائم) را برای بیمار و خانواده توضیح دهید.

۷-۲_ روش های تشخیصی را برای بیمار/ همراه توضیح دهید.

۷-۳_ روش های درمانی و مراقبتی را برای بیمار و خانواده توضیح دهید.

۷-۴_ عوارض احتمالی ناشی از بیماری، درمان و بستری در بیمارستان و روش برخورد با عوارض (زخم بستر/ احتمال آن) را به بیمار/ همراه آموزش دهید.

۷-۵_ رژیم غذایی مجاز و غیر مجاز را به بیمار/ همراه آموزش دهید.

۷-۶_ رژیم دارویی و نحوه صحیح استفاده از داروها و مراقبتهای لازم در پیشگیری از عوارض دارویی را به بیمار/ همراه آموزش دهید.

۷-۷_ تمرینات تنفسی جهت خروج خلط و تنفس لب غنچه ای را به بیمار/ خانواده آموزش دهید.

۷-۸_ روش های پیشگیری از عفونت را به بیمار/ خانواده آموزش دهید.

۷-۹_ مدیریت درد با استفاده از تکنیک های کنترل درد را به بیمار و خانواده آموزش دهید.

۷-۱۰_ خواب و استراحت و پوزیشن مناسب در حین خواب را به بیمار/ همراه آموزش دهید.

۷-۱۱_ محدوده حرکتی، فعالیت فیزیکی مجاز و غیر مجاز را به بیمار/ همراه آموزش دهید.

۷-۱۲_ آموزش های داده شده را در فرم آموزش به بیمار و گزارش پرستاری پرونده بیمار ثبت کنید.

۷-۱۳_ پس از ارائه هر محتوای آموزشی اثربخشی آموزش را به روش طرح سوال در حیطه دانش، نگرش یا مشاهده اجرای عملکرد توسط بیمار/ خانواده، ارزیابی و در فرم آموزش به بیمار ثبت کنید.

۷-۱۴_ پزشک معالج بیمار اطلاعات قابل فهم درباره علل بیماری، نحوه درمان و پیش آگهی بیماری، مراحل و طول مدت احتمالی درمان، وجود درمانهای جایگزین، عوارض درمان یا عدم درمان، رژیم غذایی، روشهای باز توانی را به بیمار/ خانواده آموزش دهد.

۸- آموزش حین ترخیص را به بیمار/ همراه ارائه نمایید:

۸-۱_ آموزش خودمراقبتی ترخیص را در ساعاتی زودتر از زمان ترخیص بر بالین و بر اساس ترخیص ایمن (ابزار SMART) به مددجو/



دستور العمل (Instruction)

مرکز آموزشی درمانی / بیمارستان:

عنوان: آموزش خودمراقبتی به بیماران در بخش های بالینی

کد دستور العمل:

تاریخ ویرایش: ۱۳۹۹/۰۳/۱۲

تاریخ بازنگری: ۱۳۹۸/۰۳/۱۹

تعداد صفحه: ۳ از ۴

تاریخ بازنگری بعدی:

۱۴۰۰/۰۳/۱۹

تاریخ ابلاغ: ۱۳۹۸/۰۴

همراه ارائه نمایید. (پزشک، پرستار)

۸_۲_ نشانه ها و علائم هشداردهنده بیماری جهت مراجعه به مرکز درمانی را به بیمار/همراه آموزش دهید. (پزشک، پرستار)

۸_۳_ نحوه ی مصرف دارو در منزل، عوارض دارویی، نام ژنریک و تجاری دارو، شکل دارو را به بیمار/همراه آموزش دهید (پزشک، پرستار)

۸_۴_ زمان و مکان مراجعه بعدی جهت ویزیت پزشک یا دریافت خدمات مراقبتی در درمانگاه/بیمارستان یا مطب را به بیمار/همراه آموزش دهید. (پزشک، پرستار)

۸_۵_ انجام آزمایشات مجدد بعدی را به بیمار/همراه آموزش دهید. (پزشک، پرستار)

۸_۶_ زمان و نحوه دریافت آزمایشات معوقه، جواب پاتولوژی و ... را به بیمار/همراه آموزش دهید. (پرستار)

۸_۷_ با بیمار/همراه در خصوص طرح سوال و بیان ابهامات در خصوص بیماری و نحوه ی مراقبت در منزل گفتگو نمایید.

۸_۸_ میزان فعالیت های روزانه، محدودیت های حرکتی فعالیت های مجاز و غیر مجاز را به بیمار/همراه آموزش دهید. (پزشک، پرستار، فیزیوتراپ و ...)

۸_۹_ رژیم غذایی مجاز و غیر مجاز را برای به بیمار/همراه آموزش دهید. (پزشک، پرستار)

۸_۱۰_ نهاد های حمایتی موجود در جامعه جهت بیماریهای خاص مانند انجمن حمایت از بیماران دیابتی، دیالیزی و ... را به بیمار/همراه معرفی نمایید.

۸_۱۱_ آموزش مفهوم HOME CARE و نحوه مراجعه به این مراکز را به بیمار/همراه آموزش دهید. (پرستار)

۸_۱۲_ محتوای آموزشی (پمفلت، کتابچه آموزشی، پوستر، فیلم آموزشی و ...) را به بیمار/همراه تحویل نمایید.

۸_۱۲_ کلیه آموزش های ارائه شده و ساعت تاریخ آموزش و تحویل محتوای آموزشی را در دو نسخه از فرم آموزش حین ترخیص به بیمار ثبت و مهر و امضاء نمایید. (پرستار مراقب، پزشک معالج و آموزش گیرنده) و نسخه اول (اصل) خوانا را به مددجو/همراه ارائه نموده و نسخه دوم را در پرونده ی بیمار ضمیمه نمایید.

۹_ آموزش های داده شده و نوع محتوای آموزشی تحویل داده شده به بیمار/همراه را در گزارش پرستاری پرونده بیمار ثبت نمایید.

۱۰_ اثربخشی آموزش حین ترخیص را به روش طرح سوال در حیطه دانش، نگرش یا مشاهده اجرای عملکرد توسط بیمار/خانواده، ارزیابی و در فرم آموزش به بیمار ثبت کنید.

۱۱_ به عنوان سرپرستار/مسئول شیفت بر کلیه مراحل آموزش به بیمار نظارت نمایید.


۱۲_ به عنوان مسئول آموزش به بیمار بخش، فرآیند آموزش به بیمار (بدو ورود، حین بستری، زمان ترخیص) را بطور روزانه کنترل نمایید.

۱۳_ به عنوان سوپروایزر آموزش سلامت، سوپروایزر آموزشی، کارشناس کنترل عفونت، سوپروایزر بالینی و کارشناس هماهنگ کننده ایمنی اثربخشی آموزش پرستار به بیمار به صورت راندوم ارزیابی نمایید.

۱۴_ به عنوان سوپروایزر آموزش سلامت/سرپرستار /مسئول آموزش به بیمار بخش، در صورت اثربخشی نامناسب فرآیند آموزش به بیمار، در خصوص اقدامات اصلاحی اقدام نمایید.

۱۵_ به عنوان پزشک معالج توصیه های پس از ترخیص، تلفیق دارویی، زمان و نحوه مراجعه بعدی، آزمایشات مورد نیاز جهت مراجعه

بعدی را در خلاصه پرونده بیمار بصورت خوانا ثبت نمایید.

مرکز آموزشی درمانی / بیمارستان:	دستور العمل (Instruction)	 دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان گیلان مدیریت امور پرستاری
عنوان: آموزش خودمراقبتی به بیماران در بخش های بالینی		
تاریخ ویرایش: ۱۳۹۹/۰۳/۱۲	کد دستور العمل:	
تاریخ بازنگری: ۱۳۹۸/۰۳/۱۹	تعداد صفحه: ۴ از ۴	
تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۰/۰۳/۱۹		
تاریخ ابلاغ: ۱۳۹۸/۰۴		

منابع، امکانات و کارکنان مرتبط:
<p>منابع: فرم ارزیابی اولیه، فرم آموزش به بیمار (ترخیص)، محتوای آموزشی، پمفلت آموزشی، تلویزیون کارکنان: پزشک، سوپروایزر آموزشی، سوپروایزر آموزش سلامت، سرپرستار، پرستار، مسئول آموزش به بیمار</p>
منابع/مراجع:
<p style="text-align: center;">استانداردهای اعتباربخشی ملی بیمارستان ها، ویرایش چهارم، سال ۱۳۹۸</p> <p style="text-align: right;">کتاب آموزش به بیمار کبری سلامی کهن</p>