

مراقبت های بعد از ترخیص بیمار

خانواده های گرامی:

✓ قبل از اینکه بیمار خود را مرخص کنید با تیم درمانی اعم از روان پزشک، پرستار، روانشناس و مددکار اجتماعی مشورت کنید و از وضعیت بیماری اطلاعات کافی به دست آورید.

✓ پس از ترخیص از بیمارستان ممکن است که لازم باشد بیمار هفته ها و ماه ها تحت نظر روان پزشک باشد و در این مدت دارو مصرف کند.

✓ اجرای دقیق دستورات دارویی، پیگیری درمان، مراجعه به روانپزشک طبق برنامه منظم و گزارش وضعیت بیمار به تیم درمان از جمله نکاتی است که بایستی به آنها توجه داشته باشیم.

✓ مصرف منظم داروهای تجویز شده از طرف روان پزشک نقش اساسی در درمان و کنترل علایم بیماری دارد.

✓ لازم است بعد از ترخیص نظارت مستقیم بر مصرف منظم داروی تجویز شده داشته باشید.

✓ داروهای روان پزشکی ممکن است دارای عوارضی باشند که برای بیمار ناخوشایند باشند، که در این گونه موارد نبایستی خود سرانه اقدام به قطع یا تغییر برنامه دارویی بیمار نمایید، بلکه در اولین فرصت موضوع را با پزشک معالج در میان بگذارید.



✓ ممکن است برخی از برنامه های درمانی نظیر روان درمانی، خانواده درمانی، کاردرمانی در زمان ترخیص بیمار از بیمارستان نا تمام مانده باشد و لازم باشد که بیمار پس از ترخیص به صورت سرپایی و طبق برنامه ی منظم مراجعه کند. این امر به تداوم درمان و پیشگیری از عود کمک می کند.

✓ در صورت مصرف بعضی داروها مانند قرص لیتیم یا کلوزاپین، بیمار نیاز به چک آزمایش خون طبق دستور پزشک دارد که در ابتدا به صورت هفتگی و سپس به صورت ماهیانه باید انجام شود.

✓ ایجاد محیطی آرام و بدون درگیری و کشمکش در خانواده از جمله عواملی است که در پیشگیری از عود عوامل بیمار بسیار موثر است.

✓ سعی کنید عوامل موثر در عود بیماری را به حداقل برسانید.

✓ وسایل و ابزار های برنده، سنگین و خطرناک را از دسترس بیمار دور کنید، با آرامش ولی با قاطعیت به او یاد آور شوید که پر خاشگر شده است و پس از حفظ آرامش با او گفتگو کنید.



✓ اگر آرام نشد وی را به بیمارستان انتقال دهید در صورت نیاز با اورژانس و یا پلیس تماس بگیرید تا در صورت امکان به شما کمک کنند، تا بیمارتان را به بیمارستان برسانید.

✓ پس از ترخیص از بیمارستان تا کسب بهبودی کافی چنان چه بیمار قصد دارد فعالیت های شغلی و اجتماعی خود را از سر بگیرد لازم است با کمک افرادی چون کارفرما، همکاران، پرستاران، دوستان و... مشورت شود.

✓ که اگر بیمار قبلا شغلی حساس دشوار و پراسترس داشته یا در محیطی با استرس زیاد کار می کرده، نوع کار یا محیط کاری وی تعدیل یا تغییر کند.





مراقبت های بعد از ترخیص



دسترسی به مطالب آموزشی با:

(۱) **بارکد:** جهت دریافت مطالب آموزشی، تصویر مقابل را با دوربین تلفن همراه خود اسکن نمایید.

(۲) **کانال گپ/ایتا**

<https://gap.im/nursingclinic>

<https://eitaa.com/joinchat/2349335043Ccb0415afa8>



♦ توجه داشته باشید :

یکی از مهمترین عوامل برای جلوگیری از عود بیماری مصرف مرتب داروها و مراجعه منظم به روانپزشک است

♦ سامانه اینترنتی نوبت دهی

www.nobat.mums.ac.ir

♦ سامانه نوبت دهی ۲۴ ساعت قبل از حضور پزشک در درمانگاه جهت نوبت گیری فعال می باشد.

♦ جهت اطلاع از برنامه حضور روان پزشکان لطفاً به درمانگاه یا به وب سایت بیمارستان ابن سینا فسمت درمانگاه های تخصصی مراجعه کنید.

♦ جهت اخذ گواهی بستری از پزشک حضور فرد بیمار الزامی است.

♦ جهت دریافت کپی خلاصه پرونده بیمار حضور پدر بیمار یا قیم قانونی وی الزامی است.

تهیه کننده: کمیته ی آموزش و ارتقای سلامت بیمارستان ابن سینا
تایید کننده: گروه آموزشی روان پزشکی / اداره بهبود کیفیت و ایمنی بیمار

تصویب کننده: معاون توسعه مدیریت و منابع

شماره تماس کلینیک پرستاری آموزش سلامت ۰۵۱-۳۷۰۰۲۳۹۸

منابع: <https://medlineplus.gov/psychoticdisorders.html>

کلیات پزشکی منیره نوبهار

● در صورت بروز علائمی مانند: بی خوابی، افزایش انزوای اجتماعی، رعایت نکردن بهداشت فردی، با خود صحبت کردن، بی تفاوتی، خروج بی دلیل از خانه، نگاه های سرد و مات و بی احساس، مسافرت های متعدد نا مشخص و بدون هدف، کم تحرکی، ارتباط دادن غیر معمول وقایع به مذهب، تهدید به آسیب به خود و دیگران و خنده های بی مورد بیمار را به بیمارستان ارجاع دهید.

● شماره تلفن های ضروری را داشته باشید. مثل بیمارستان، فوریت ها و نظایر آن .

● مسئولیت مراقبت از بیمار را بر عهده ی یک نفر قرار ندهید و این مسئولیت را به تناوب بین افراد خانواده تقسیم کنید.

● توجه داشته باشید که برای مراقبت از بیمار در ابتدا لازم است خود شما سالم باشید بنابراین به سلامت جسمی و روانی خود توجه کنید.

● توجه داشته باشید که در جامعه باور های غلط، عامیانه و بی اساس در خصوص بیماری های روانی زیاد به چشم می خورد. نبایستی به این توصیه ها حتی اگر از روی خیرخواهی باشد گوش دهید و یا عمل کنید زیرا عمل کردن به آن، گاه مشکل را دو چندان می کند.

● از دادن قول و قراری که نمی توانید به آن عمل کنید جدا بپرهیزید.