



فرم آموزش به بیمار و خانواده در زمان ترخیص
(اختلال طیف اوتیسم)

شماره پرونده: Unit No:

نام خانوادگی: Family Name:	نام: Name:	بخش: Ward:	پزشک معالج: Attending Physician:
نام پدر: Father Name:	تاریخ تولد: Date of Birth:	اتاق: Room:	تاریخ پذیرش: Date of Admission:
		تخت: Bed:	

تشخیص نهایی: تاریخ ترخیص: تلفن بخش: کدرگیری دارو و آزمایشات نسخه شده:
وضعیت بیمار هنگام ترخیص: بهبودی بهبودی نسبی ترخیص با میل شخصی پیگیری غیره

مددجوی گرامی: لطفا مطالب این فرم را با دقت مطالعه نمایید و تهیه داروهای نسخه شده و با انجام آزمایشات درخواستی را فراموش نکنید.

نام دارو	میزان مصرف در روز	زمان مصرف (ساعت)	نحوه صحیح مصرف دارو			
			قبل از غذا	بعد از غذا	همراه غذا	با آب زیاد
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

پیگیری های پس از ترخیص
یک ماه بعد از ترخیص حتما نیاز به ویزیت توسط پزشک معالج خود دارید، بنابراین توصیه می شود که مراجعه منظم و دوره ای به پزشک معالج خود داشته باشید. در صورت درخواست آزمایشات دوره ای توسط پزشک معالج حتما آن را انجام داده و به رویت پزشک برسانید. داروهای شما به اندازه مصرف یکماه تجویز شده است، حتما برای تمدید دارو از یک هفته قبل اقدام بفرمایید.

تغذیه
۱- گوشت قرمز بهتر است در هفته دو بار مصرف شوند.
۲- مصرف شیر و ماست را روزانه در برنامه خود داشته باشید.
۳- بهتر است روزانه دو عدد میوه و مقداری سبزی جهت پیشگیری از یبوست مصرف نمایید.
۴- نوشیدن قهوه باعث تحریک پذیری و کاهش خواب می شود، بهتر است حداکثر هفته ای دوبار آن هم در نوبت صبح مصرف شوند.
۵- ماهی، روغن زیتون و زیتون سبز برای شما مفید است.
۶- چای را جایگزین آب ننمایید و حتما روزانه شش لیوان آب مصرف نمایید.
۷- مصرف مکمل ها بهتر است تحت نظر پزشک مصرف گردد.

نحوه صحیح مصرف دارو
داروهای شما مهمترین علت در بهبودی و افزایش عملکرد شما هستند، لذا در صورت کاهش علائم به هیچ عنوان داروی خود را خودسرانه کم و یا قطع نکنید، در صورت مشاهده علائمی مثل سفت شدن فک و زبان، تب، ضایعات پوستی، لرزش دستها، آبریزش از دهان، عدم تعادل هنگام راه رفتن، خواب بیش از حد حتما به پزشک معالج خود اطلاع دهید، زیرا بسیاری از این علائم می توانند برطرف شوند و یا حتی ممکن است خطرناک باشند. بهتر است یک نفر از اعضای خانواده بر مصرف داروها نظارت داشته باشد.

علائم خطر
این کودکان به تغییرات محیطی به شدت حساس هستند و دچار پرخاشگری و خشونت خواهند شد، هنگام ایجاد پرخاشگری و خشونت از طریق تشخیص زود هنگام و با استفاده از روش های کلامی یا خارج کردن از موقعیت، امکان آسیب به خود را کاهش دهید. از این رو بهتر است فرصت لازم جهت تطابق کودک با محیط جدید داده شود. این کودکان نسبت به محرک های حسی مانند صدا و درد واکنش بسیار شدیدتر از حد معمول نشان دهند.

استحمام
یکی از چالش های کودکان اوتیسم محیط حمام و حمام کردن آنهاست، بسیاری از کودکان اوتیسم تجربه ناخوشایندی در زمان حمام رفتن دارند و برای حمام مقاومت می کنند. بهتر است در زمان شستشوی هر یخس از بدن، نام آن بخش را بگویید. مثلا بگویید این

<p>دست راست پوست و برای برداشتن اسباب بازی از آن استفاده می کنی. پس از حمام کردن کودک، یک حوله بزرگ را دور او بپیچید، این کار همراه با خشک کردن بدن کودک به او اطلاعات زیادی در خصوص بخشهای مختلف بدنش می دهد.</p>	
<p>بهترین تمرینات جهت ایجاد هماهنگی، قدرت و استقامت برای این کودکان تمرینات درگیر کننده کل بدن هستند. در هنگام انجام تمرینات، تشویق های مثبت و حمایتی به کودک بدهید. فعالیت بدنی نه تنها باعث کاهش رفتارهای پرخاشگرانه کودک می شود ، بلکه موجب کاهش وزن کودک نیز می گردد. فعالیت ها را آهسته شروع کرده و علائم خستگی مانند تنگی نفس یا سرگیجه را تحت نظر بگیرید. بهتر است از یک شدت کم شروع کرده و به آرامی جلسات سخت تر و پرتحرک تر داشته باشید.</p>	<p>فعالیت و استراحت</p>
<p>فشار زیاد ناشی از نشستن یا خابیدن طولانی مدت باعث آسیب سطح پوست می گردد که زخم فشار هم نامیده می شود. زخم بستر در مناطقی مثل باسن مچ پا و دنبالچه اتفاق می افتد. برای پیشگیری باید بیمار را به فعالیت و تحرک واداشت و یا در صورت عدم توانایی بیمار در حرکت کردن، وضعیت بیمار را هر دو ساعت تغییر داد. در مرحله ابتدایی زخم بستر ، پوست قرمز رنگ می گردد. سپس زخم به صورت تاول در می آید. در مرحله بعد زخم دهانه باز می شود و ترشحات زرد زنگ خارج می گردد. در مرحله ی آخر زخم دچار بوی بد همراه با ترشحات فراوان سبز میشود. در صورت بروز زخم فشاری، حتماً به پزشک مراجعه نمایید و از درمانهای خانگی بپرهیزید، مصرف ویتامین ث که در پرتقال، آناناس، لیمو ترش وجود دارد توصیه می گردد.</p>	<p>وایت از زخم، زخم، زخم و زخم</p>
<p>اختلال طیف اوتیسم (در خود ماندگی) یک اختلال عمیق تکاملی است و با نقص در تعاملات اجتماعی و برقراری ارتباط، محدودیت در فعالیت ها و علایق و رفتارهای تکراری مشخص می شود. طیف اوتیسم از اشکال بسیار خفیف تا بسیار شدید را شامل می شود، یک سر طیف، کودکانی هستند که هیچ گونه توانایی کلامی ندارند، و با دنیای پیرامون خود ارتباطی برقرار نمیکنند و طرف دیگر آن ، کسانی هستند که کارکرد نسبتاً طبیعی دارند، نقایص در تکلم و زبان بر توانایی کودک برای یادگیری، برقراری ارتباط و رشد ارتباطات با دیگران به شدت تاثیر می گذارد.</p>	<p>سایر موارد آموزشی</p>
<p>نوبت های کلینیک ویژه (عصر) فقط بصورت <u>اینترنتی</u> از سایت دانشگاه علوم پزشکی مشهد از ۲۴ ساعت قبل قابل اخذ می باشد. نوبت دهی درمانگاه صبح به صورت <u>حضور</u> از هفت تا ده صبح و یا اینترنتی از روز قبل می باشد .</p> <p>تلفن درمانگاه جهت پاسخ گویی به سوالات آموزشی : ۰۵۱۳۷۰۰۲۲۲۹ کلینیک پرستاری آموزش سلامت : ۰۵۱۳۷۰۰۲۳۹۸</p> <p>پس از مطالعه مطالب این فرم هرگونه سوال یا ابهام احتمالی را یادداشت نموده و تا قبل از خروج از بیمارستان از پرستار خود سوال بفرمایید. جهت دسترسی به مطالب آموزشی مربوط به بیماری خود با اسکن بارکد وارد سایت آموزش به بیمار بیمارستان ابن سینا می شوید .</p>  <p>آدرس سایت آموزش به بیمار بیمارستان ابن سینا : https://sina.mums.ac.ir</p> <p>آدرس فضای مجازی آموزش به بیمار بیمارستان ابن سینا : https://gap.im/nursingclinic</p> <p>در صورت وجود هرگونه سوال در زمینه بیماری خود می توانید همه روزه (بجز روزهای تعطیل) از ساعت ۸ تا ۱۳ شیفت صبح با کلینیک پرستاری آموزش سلامت تماس بگیرید . تلفن تماس : ۰۵۱۳۷۰۰۲۳۹۸</p> <p>در صورت نیاز به سوال خارج از ساعت ذکر شده با بخش بستری خود تماس بگیرید .</p> <p>امضا / اثر انگشت بیمار یا همراهی بیمار مهر و امضا پزشک مهر و امضا پرستار</p>	