



فرم آموزش حین ترخیص

نارسایی احتقانی قلب

کد پمفلت: PE - FO - 0101

تاریخ تدوین: ۱۴۰۴/۱۲/۱۸

نام خانوادگی:	نام:	بخش:	شماره تماس بخش:
نام پدر:	تاریخ تولد:		۰۳۸۳۱۱۰
آموزش زمان ترخیص توسط پزشک و پرستار			
آموزش دارو	نام دارو	میزان و مدت زمان مصرف	
		صبح	ظهر
تغذیه	- مصرف سدیم محدود شود. هنگام طبخ غذا نمک به غذا اضافه نشود؛ در صورت لزوم جهت خوش طعم کردن غذا از آبلیمو، گیاهان معطر، فلفل فرنگی و مرکبات استفاده کنید. - مواد غذایی با سدیم پایین نظیر مرغ، ماهی، برنج، سیب زمینی مصرف نموده و از مصرف غذاهایی با سدیم بالا مانند گوشت نمک سود شده، غذاهای کنسرو شده، سوسیس، همبرگر، سس ها، ترشی و ادویه جات خودداری نمایید. - وعدههای غذایی متعدد با حجم کم داشته باشید. - از مصرف مواد محرک مثل قهوه، کافئین و الکل خودداری کنید. - مایعات کمتر مصرف نمایید. - ترجیحا از روغنهایی نظیر روغن ماهی، روغن زیتون، روغن ذرت و کنجد استفاده نمایید.		
مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل	- در طول روز استراحت کافی داشته باشید. از انجام فعالیتهای شدید یا استراحت طولانی در بستر خودداری کنید. - فعالیتهایی که باعث بروز علائم، ایجاد خستگی و کوتاهی نفس میشود، را انجام ندهید. مثل بلند کردن و حمل اجسام سنگین، قدم زدن به مدت طولانی، تعویض تایر خودرو، پارو کردن برف - در صورتی که تنگی نفس دارید، توصیه می شود لبه تخت نشسته، پاهای خود را از تخت آویزان کرده و روی یک صندلی قرار دهید، دستها و سر روی میز بالای تخت قرار گیرد و پشتتان توسط چند بالش حمایت شود.		



- همیشه روزانه خود را در یک ساعت مشخص و با یک لباس ثابت وزن کرده، افزایش وزن به میزان ۱ تا ۱/۵ کیلوگرم در یک روز یا ۲/۵ کیلوگرم در هفته را گزارش دهید. - از انجام مانور والسالوا (نگه داشتن نفس در حین تغییر وضعیت در تخت و زور زدن) خودداری کنید. - از فعالیت در سرما یا گرمای شدید به دلیل افزایش کار قلب خودداری کنید . - یک کارت شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد دیگوکسین مصرف میکنید. - علائم مسمومیت با دیگوکسین نظیر بی اشتهایی، گیجی، تهوع، استفراغ، خستگی و اختلالات بینایی را گزارش دهید . - جهت کاهش ادم (تورم) هنگام استراحت یا نشستن پاها را در سطح بالاتر قرار دهید. - یک روز بعد از ترخیص حمام بروید.	مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل
- در صورت مشاهده موارد زیر سریعاً به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید: - کوتاهی تنفس، تنفس غیر طبیعی در هنگام فعالیت یا استراحت - افزایش تورم پا، مچ پا و شکم - سرفه مداوم - پیشرفت ناراحتی هنگام خواب، افزایش تعداد بالشت های مورد نیاز خواب - در اولین نوبت مراجعه به پزشک در درمانگاه یا مطب؛ جواب آزمایش، خلاصه پرونده و کارت ترخیص را همراه داشته باشید. - زمان مراجعه به درمانگاه یا مطب	پیگیری های پس از ترخیص و مکان و زمان مراجعه به پزشک
برای پیگیری جواب آزمایشات و یا نتایج پاراکلینیک در زمان مقرر به واحد آزمایشگاه و یا به پاتولوژی مراجعه نمایید	اعلام نتایج تست های پاراکلینیک بیمار

جهت دسترسی به همه مطالب آموزشی موجود در سایت بیمارستان QR code روبرو را اسکن فرمایید .

