

دستور العمل نحوه تکمیل فرم آموزش خودمراقبتی توسط پرستار به بیمار

مقدمه

آموزش به بیمار در زمان پذیرش ، حین بستری و زمان ترخیص در بیمارستان مهمترین بخش مراقبتهای پرستاری را شامل می‌شود. آموزش به بیمار یک جنبه حیاتی از مراقبتهای پرستاری است که با فراهم آوردن اطلاعات برای بیماران از بروز عوارض در آنها پیشگیری می‌کند و فعالیتهای خود مراقبتی را در آنها تقویت کرده و باعث افزایش استقلال آنان شده و از بستری شدن مجدد آنها پیشگیری می‌کند.

رسالت برنامه

هدف برنامه آموزش بیمار ارتقاء سطح سلامت و بهداشت افراد جامعه است که این امر در سایه تواناسازی مددجویان و فعال سازی آنها در امر خود مراقبتی صورت می‌گیرد.

فلسفه برنامه

الف) برنامه آموزش به بیمار مبتنی بر این دیدگاه است که بیماران باید در حد امکان بهترین مراقبت را دریافت کنند. مجریان این برنامه عقیده دارند که آموزش به بیمار یک جزء جدایی ناپذیر از کیفیت مراقبت است.

ب) به عقیده ما آموزش به بیمار از یک سو یک مسؤولیت برای پرستاران است و از سویی حق مددجویان و خانواده‌های آنهاست.

هدف

ارتقاء و بهبود وضعیت بالینی بیماران به وسیله آموزش به بیماران و خانواده‌های آنان در مورد رفتارهای بهداشتی و خود مراقبتی .

روش‌ها و رویه‌ها

- ۱- برای تمام بیماران و خانواده‌های آنان یا وابسته نزدیک آنها آموزشهای مناسب، بسته به نوع تشخیص پزشکی آنها، مشکلات و نیازهای تشخیص داده شده در بررسی بیمار فراهم شود.
- ۲- نیازها، آمادگی، توانایی یادگیری، سطح تحصیلات، سن فرد بررسی شده و در فرم آموزش بیمار ثبت شود.
- ۳- پرستار اولین هماهنگ کننده آموزش به بیمار یا خانواده اوست و باید عکس‌العمل‌های بیمار و خانواده او (ارزشیابی میزان یادگیری) را در فرم آموزش به بیمار ثبت نمایند و در پرونده بیمار قرار دهد.
- ۴- در صورت نیاز به ارائه آموزش توسط سایر اعضاء تیم درمانی، لازم است با هماهنگی پرستار مربوطه و در حضور وی آموزشها ارائه شده و توسط فرد آموزش دهنده در فرم آموزش به بیمار ثبت گردد.
- ۵- بیماران باید دانش و مهارت لازم جهت تطابق با نیازهای بهداشتی خود را دریافت کنند.
این آموزشها شامل آموزش های بدو پذیرش، حین بستری و زمان ترخیص می‌باشد.

جدول الف:

❖ آمادگی یا انگیزه جهت یادگیری

در این آیتم بایستی توجه و اشتیاق بیمار نسبت به امر آموزش سنجیده شود و بر اساس این مقیاس آمادگی وی در سه سطح بالا ، متوسط و پایین سنجیده می شود.

آمادگی جهت یادگیری سطح پایین:

منظور از آمادگی سطح پایین ، هنگامی است که بیمار به علت مشکلات جسمی و روحی مانند کاهش سطح هوشیاری، درد، اضطراب و ... قادر به تمرکز و دریافت آموزش ها نمی باشد.

آمادگی جهت یادگیری سطح متوسط:

منظور از آمادگی سطح متوسط، هنگامی که بیمار از شرایط جسمی قابل قبولی برخوردار است اما به دلایل مسائلی مانند نگرانی در مورد فرایند درمان، نگرانیهای مالی و ... به دریافت آموزش اهمیت نداده و انگیزه لازم را برای یادگیری ندارد.

آمادگی جهت یادگیری سطح بالا:

منظور از آمادگی سطح بالا هنگامی است که بیمار از شرایط جسمی قابل قبول برخوردار بوده و انگیزه لازم برای دریافت آموزش را نیز دارد.

❖ توانایی یادگیری

منظور از توانایی یادگیری میزان هوشیاری بیمار و عدم وجود اختلالات روحی روانی که مانع اجرای آموزش به بیمار می شود است.

❖ سابقه بستری قبلی

در صورتیکه بیمار در طول زندگی خود به هر دلیلی در بیمارستان بستری باشد بایستی در این قسمت ثبت گردد.

❖ سابقه حساسیت

اگر بیمار حساسیت به هر نوع مواد غذایی یا دارویی داشته باشد بایستی در این قسمت با ذکر نوع دارو یا مواد غذایی ثبت شود.

❖ بیماری زمینه ای

سایر بیماریهای زمینه ای مانند اختلالات مادرزادی، ناتوانی های جسمی، بیماری های مزمن مانند دیابت، فشارخون، هیپر

کلسترولمی، هیپرلیپیدمی، و سرطان در این قسمت ثبت میگردد.

❖ وضعیت تاهل

در این قسمت وضعیت تاهل بیمار بایستی قید گردد

❖ میزان تحصیلات

بسته به اینکه مصاحبه شونده بیمار یا همراهیان وی باشند بایستی سطح سواد آنها در آیتم مربوطه قید گردد.

❖ روش آموزشی مورد علاقه بیمار

بایستی در این آیتم متدهای آموزشی موجود در بخش، جهت بیمار ارائه گردد که بیمار خودش بتواند از بین روشهای خواندن مواد نوشتاری (پمفلت، جزوه و...) مولتی مدیا (فایل های صوتی، نمایش فیلم و...) چهره به چهره را انتخاب نماید.

❖ موانع آموزشی

❖ همواره در اجرای آموزش به بیمار موانع و مشکلاتی پیش روی کارکنان بهداشتی وجود دارد. ذکر این موانع کمک میکند که با جستجوی راهکارهایی امکان غلبه نسبی یا کامل بر این موانع فراهم گردد. این موانع شامل سن، زبان گفتاری، انگیزه، اختلالات دید و اختلالات شنوایی، تفاوت های فرهنگی، مشکلات احساسی رو روحی روانی، اختلالات شناختی، مشکلات مادی تفاوت های مذهبی، شدت یا مرحله بیماری، سطح تحصیلات می باشد.

❖ نیازهای آموزشی عنوان شده توسط بیمار بر اساس اولویت

از آنجا که ارائه آموزش ها بر اساس احساس نیاز بیمار به مطالب قادر است میزان یادگیری را افزایش دهد. بهتر است در ابتدا به سوالات ذهنی بیمار پاسخ دهیم. در این قسمت از فرم اولویت ها و ترجیحات بیمار بررسی می شود تا در اولویت اول آموزش قرار گیرد.

آدرس و شماره تلفن: در این قسمت بایستی به بیمار توضیح داده شود که علت اخذ آدرس و شماره تماس جهت پیگیری احتمالی آنان پس از ترخیص می باشد

جدول ب:

❖ آموزش بدو پذیرش

✓ معرفی بخش و خدمات غیر درمانی

✚ واحد بیمار(اهرم های تخت /زنگ اخبار /bed side)

✚ سرویس های بهداشتی

✚ درب و پله های اضطراری

✚ امکانات رفاهی بخش

✚ محل آبدارخانه و نمازخانه

✚ محل آسانسورها

✓ قوانین کلی موجود در بخش و بیمارستان

✚ نحوه تهیه لباس

✚ ساعات ویزیت پزشک

✚ ساعات ملاقات

✚ درخواست از بیمار برای اطلاع دادن به پرستار در صورت بروز هرگونه مشکل

✚ در صورت عدم فهم دستورات پزشک توسط بیمار، از پزشک مجدد سوال نمایند

✓ معرفی تیم پزشکی

✚ کلیه کادر درمانی (پزشک ، سرپرستار ، کمک بهیار ، خدمه ، مددکاری و.....) بایستی در بدو پذیرش خود را به

بیمار معرفی نمایند و شرح وظایف خود را بیان نمایند

✓ منشور حقوق بیمار

✚ پنج آیتم منشور حقوق بیمار

✓ نحوه رسیدگی به شکایات

✚ بر اساس خط مشی رسیدگی به شکایات بیمارستان

✓ توجیه هزینه های درمان و بیمه

✚ بر اساس هزینه های تعریف شده بیمارستان

❖ آموزش های حین بستری

نوع بیماری و نحوه درمان و مراقبت

✚ توضیحات مختصر در خصوص بیماری ، فرایند بیماری ، سیر بیماری و علائم و نشانه ها

✚ نحوه درمان بیماری و مراقبت هایی که جهت درمان بیماری الزامی می باشد

✓ میزان ، مدت ، نحوه صحیح مصرف و عوارض داروها

✚ آموزش در خصوص میزان مصرف دارو (دوزاژ دارو)

✚ مدت زمان مصرف دارو

✚ آگاه نمودن بیمار از داروهای مصرفی روزانه و نحوه صحیح مصرف دارو

✚ آموزش نکات مهم عوارض دارو

✓ تداخلات غذا و دارو

✚ داروهایی که مصرف همزمان آنها با برخی غذاها ایجاد عارضه و تداخل می نماید

✓ میزان فعالیت

✚ CBR

✚ RBR

✚ میزان و زمان شروع فعالیت های بعد از عمل

✚ ROM

✚ ورزشهای و فعالیت های مناسب در هر بیماری

✚ پوزیشن ها

✓ تغذیه و رژیم غذایی

✚ نوع رژیم غذایی

✚ رعایت رژیم غذایی توسط بیمار

✚ تحمل رژیم غذایی توسط بیمار

✚ تعریف رژیم غذایی : پر پروتئین ، پر کالری ، قلبی ، دیابتی ، بعد از عمل ، مایعات ، سیروز کبدی ، کلیوی

، سوختگی و

✓ ایمنی یا احتیاطات :

✚ نحوه مراقبت از اتصالات : درن ها ، مانیتورینگ ، بگ ادراری ، سرم ها و....

✚ نکات ایمنی : Bed side ، پیشگیری از صدمات ناشی از کاهش فشار خون وضعیتی و.....

✚ خود مراقبتی نسبت به دریافت دارو

✓ مدیریت درد

✚ روش های غیر دارویی (تکنسین های آرام سازی ، انحراف فکر ، پوزیشن ها و.....)

✚ روش های دارویی

✓ اقدامات تشخیصی ، درمانی و آزمایشات

✚ شرح چگونگی انجام پروسیجر یا آزمایش

✚ آمادگی ها و مراقبت های قبل و بعد از پروسیجر ها

✚ هدف از انجام پروسیجر

✚ برائت و رضایت از هرگونه اقدامات تشخیصی و تهاجمی

✓ نشانه های خطر حین بستری

✚ علائم هشدار دهنده ای که در حین بستری ممکن است جهت بیمار اتفاق بیافتد و بایستی بیمار سریعاً پرستار و پزشک

را مطلع سازد به عنوان مثال در خصوص بیماری دیابت علائم هیپو و هیپر گلیسمی توضیح داده شود

✓ عدم مصرف دخانیات و مواد روان گردان

✚ هدف از عدم مصرف دخانیات و مواد روان گردان

✚ نحوه ترک و عدم مصرف

✓ مراقبت های قبل و بعد از عمل

✚ رژیم غذایی

✚ فعالیت

✚ پوزیشن

✚ مراقبت از زخم ناحیه عمل

✚ مراقبت از اتصالات

✓ مراقبت از زخم

✚ پیشگیری از عفونت ها

✚ پوزیشن ها

✚ علائم زخم بستر و ...

✚ مراقبت از پانسمان و دفعات نیاز به تعویض پانسمان

✚ علائم زخم عفونی و.....

✓ مسائل بهداشت فردی

✚ شستشوی دست ها

✚ کنترل عفونت

✓ خواب و استراحت

✚ در صورت وجود مشکل ارائه راهکارها جهت بهبود خواب و استراحت

✚ روش های ذخیره انرژی (در بیماران عدم تحمل فعالیت)

✓ الگوی دفع

✚ راه های پیشگیری از یبوست

✚ بررسی وضعیت ادراری و پیشگیری از عفونت و

✓ روش های جایگزین درمان

✚ روش هایی که می تواند جایگزین درمان بیمار شود به عنوان مثال در بیماری که درد دارد می توانیم به بیمار

پیشنهاد دهیم که از تکنیک های کاهش استرس و درد ، روش های دارویی خوراکی و یا روش های تزریقی می

توان استفاده نمود.

✓ پیامدهای احتمالی ناشی از درمان

✚ عوارض و پیامدهایی که بعد از درمان بیماری امکان دارد جهت بیمار ایجاد گردد به عنوان مثال

عفونت های محل عمل

✓ سایر موارد

✚ در این قسمت بایستی بر اساس تخصص بخش، مواد آموزشی مورد نیاز توسط سر پرستار بخش اضافه گردد و تحت

عنوان کد B18 ، B19 و ... در این بخش مشخص گردد به عنوان مثال در بخش های زنان و زایشگاه در خصوص

نحوه شیردهی کد B18، مراقبت از نوزاد کد B19 و...مشخص شود و در بخش های دیالیز ، چشم ، CU او ...

مراقبت های خاص این بخش در غالب کد های مذکور مشخص و در فرم آموزش به بیمار ثبت گردد.

❖ آموزش های زمان ترخیص

✓ زمان مراجعه به پزشک

✚ اعلام زمان و مکان مراجعه به پزشک

✓ داروهای پس از ترخیص

✚ نحوه مصرف داروها

✚ عوارض احتمالی و مهم داروها

✚ تداخلات دارویی و تداخلات غذا و دارو

✚ شناخت نام داروها توسط بیمار

✚ محل نگهداری داروها

✓ برنامه خود مراقبتی و تکنیک های باز توانی در منزل

✚ مراقبت از زخم

✚ بهداشت فردی

✚ فعالیت ها و ورزش ها

✚ شروع مجدد فعالیت حرفه ای و شغلی

✚ شروع مجدد محدوده فعالیت جنسی

✓ تغذیه پس از ترخیص

✚ رژیم غذایی مناسب پس از ترخیص

✓ فعالیت های پس از ترخیص

✚ زمان از سرگیری فعالیت های طبیعی

✚ میزان محدودیت در فعالیت

✚ پوزیشن ها

✓ نشانه های خطر پس از ترخیص

✚ علائم هشدار دهنده که بایستی با بروز آنها سریعا" به پزشک مراجعه نماید.

✓ چگونگی دستیابی به مراقبت های اورژانس

✚ تلفن های تماس اضطراری که در صورت بروز علائم هشدار دهنده بیمار می تواند با آن تماس بگیرد.

✓ آدرس منابع و آدرس مراکز و سایت های آموزشی

✚ در انتهای مطالب آموزشی ارائه شده به بیمار، منابعی جهت مطالعه بیشتر به بیمار و خانواده وی معرفی می گردد.

تبصره ۱- سرپرستاران بخش ها بایستی با توجه به متوسط زمان بستری بیماران در بخش ، پروتکل زمانبندی جهت فرم آموزش به بیمار تهیه و در اختیار آموزش دهندگان قرار دهند. به عنوان مثال مشخص گردد که پرستار مسئول بیمار در هر شیفت چه آموزش هایی بایستی به بیمار ارائه نماید که در زمان ترخیص کلیه آموزش ها به بیمار ارائه شده باشد.

تبصره ۲- سرپرستاران بایستی با توجه به امکانات آموزشی موجود در بخش خود جهت هر یک از آیتم های فرم آموزش به بیمار (بدو پذیرش ، حین بستری و زمان ترخیص) برنامه مدونی تهیه نمایند که مشخص گردد هر یک از این آیتم ها به چه صورت به بیمار آموزش داده می شود. به عنوان مثال در این برنامه مشخص گردد که جهت منشور حقوق بیمار به بیمار پمفلت ارائه می گردد ، جهت برنامه خود مراقبتی مانند تزریق انسولین از طریق نمایش به بیمار آموزش داده می شود جهت خواب و استراحت به صورت چهره به چهره آموزش داده می شود.

جدول ج:

این جدول بایستی توسط آموزش دهندگان تکمیل می گردد :

- ۱- زمان آموزش که شامل تاریخ و ساعت آموزش می باشد
- ۲- محتوای آموزشی که شامل کد محتوای آموزشی (با توجه به جدول ب) و توضیحات مختصر می باشد که با توجه به کد محتوای آموزشی تکمیل می گردد به عنوان مثال در خصوص کد محتوای آموزشی الگوی دفع در بیماران قلبی در قسمت توضیحات مختصر بایستی عدم مانور و السالوا در این بیماران توضیح داده شود
- ۳- کد یادگیرنده با توجه به اینکه بیمار یا همراه بیمار است در این قسمت تیک زده می شود
- ۴- روش آموزش با توجه به اینکه آموزشی که ارائه می گردد به صورت چهره به چهره می باشد یا به صورت رسانه ای از جمله پمفلت ، جزوه ، بروشور یا فیلم آموزشی باشد تیک زده می شود
- ۵- ارزیابی و برنامه ریزی آموزشی زمانی که بیمار به طور کامل به سوالات پرستار پاسخ داده و مطالب آموزشی ارائه شده را به درستی تکرار نماید قسمت درک آموزش تیک زده می شود و در صورتیکه به دلیل وجود موانع آموزشی متعدد بیمار محتوای آموزشی را درک نکرده باشد بایستی قسمت عدم درک آموزش تیک زده شود و پس از برطرف شدن نسبی موانع آموزشی، برنامه آموزشی مجددا تکرار شود.
- ۶- مهر و امضاء آموزش دهنده : این قسمت بایستی توسط فرد آموزش دهنده اعم از پزشک ، پرستار ، کارشناس تغذیه و.... مهر و امضاء زده شود.

جدول د:

این جدول در زمان ترخیص بایستی به امضاء و اثر انگشت بیمار یا همراه بیمار برسد.

نکته: یک نسخه از فرم با اخذ امضاء از بیمار یا همراهی می بایست در زمان ترخیص تحویل خانواده بیمار گردد.