



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

آلزایمر

شماره پرونده:

نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:	تاریخ تولد: جنس: <input type="checkbox"/> زن <input type="checkbox"/> مرد	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:

بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:

مراقبت در منزل:

- هنگام تغذیه محیطی آرام و ساکت فراهم کنید. برای پیشگیری از سوختگی، غذاها و مایعات ولرم مصرف کنید.
- جهت پیشگیری از خفگی، غذا را به صورت قطعات کوچک در اختیار بیمار قرار دهید.
- هر بار فقط یک ظرف در اختیار بیمار قرار دهید و در صورت اختلال در بلع، غذا را به صورت مایع غلیظ یا پوره در آورید.
- افزایش فیبر خوراکی، سبزیجات و مایعات برای جلوگیری از یبوست و مواد غذایی در حجم کم و دفعات بیشتر مصرف شود.
- از دادن غذاهای محرک مانند قهوه، چای، کولا و شکلات به بیمار خودداری کنید.
- از 2 ساعت قبل از خواب مصرف مایعات را برای بیمار محدود کنید.
- از خواب روزانه و طولانی بیمار جلوگیری کنید تا خواب راحت در طول شب داشته باشد.
- استفاده از موسیقی، شیر گرم و ماساژ پشت برای خوابیدن و فرصت کافی برای ورزش روزانه و افزایش زمان خواب شبانه موثر می باشد.
- جهت حفظ ایمنی بیمار باید محیطی امن برای حرکت آزادانه بیمار فراهم شود و استفاده از دستگیره در قسمت های مختلف خانه راه حل خوبی است.
- رانندگی ممنوع می باشد.
- بیمار در فعالیت های روزانه مانند شانه کردن مو مشکل ندارد ولی در فعالیت هایی که نیاز به برنامه ریزی دارند دچار مشکل می شود.
- محکم کردن درهای منزل و داشتن دستبند و یا گردن بند شناسایی که نشان دهنده بیماری وی است توصیه می شود.
- بیمار را محدود نکنید، چون ممکن است باعث افزایش بیثباتی و اضطراب وی شود.
- محیط آشنا برای وی حفظ شود و محیط ساده و بدون سرو صدا با محدود کردن تغییرات فراهم شود. (از تغییر محیط زندگی اجتناب شود)
- حتی اگر بیمار بی قرار است آرام باشید.
- جهت ارتقای ارتباط با بیمار با کاهش صداها و عواملی که سبب انحراف حواس می شوند، از جملات ساده در صحبت کردن با بیمار استفاده کنید.
- بیمار را به نوشتن نامه، تلفن، ملاقات، مشارکت در فعالیت های ساده، حل جدول روزنامه و سرگرمی ها تشویق کنید.
- بیمار را تشویق کنید که تا حد امکان حق انتخاب داشته باشد و در فعالیت ها و مراقبت از خود شرکت کند.
- داروها را دور از دسترس بیمار نگه دارید.
- قالیچه های سبک را جمع آوری کنید. کلید و دگمه های وسایل خانگی را جدا کنید.
- جلوی پلکان را ببندید. در طی روز و شب از نور کافی استفاده کنید.
- از تحرک زیاد بیمار قبل از خواب جلوگیری کنید.
- ممکن است بیمار دچار شبگردی شود لذا در و پنجره ها را قفل کنید.
- قبل از دادن داروهای بدون نسخه به بیمار با پزشک مشورت کنید زیرا ممکن است اثرات داروهای بیمار را افزایش دهد.
- داروها را طبق دستور پزشک و در فواصل منظم به بیمار بدهید و از قطع خود سرانه داروها بدون مشورت با پزشک خودداری کنید.
- در صورت بروز بی خوابی از مصرف خودسرانه داروی خواب آور اجتناب شود.
- **در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- تب (علائم عفونت)، سردرد، تشنج و تشدید آلزایمر
- سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی