



دانشگاه علوم پزشکی
خراسان شمالی

بنام خداوند بخشنده و مهربان

آیین نامه

آموزش به بیمار و ارتقای سلامت

زیر نظر:

دکتر قاسم بیانی معاون درمان

رضا فانی رئیس اداره پرستاری

با همکاری:

مرضیه ایمانی کارشناس ارشد پرستاری

سهیلا مودتی کارشناس اداره پرستاری

فتانه صفاریان وحید کارشناس اداره پرستاری

بهار ۱۳۹۹

مقدمه :

آموزش به بیمار فرایندی است هدفمند، سیستماتیک، منظم و طراحی شده که به موجب آن یادگیری اتفاق می افتد و به دنبال آن در آگاهی، نگرش و مهارت بیمار تغییر ایجاد می شود و صلاحیت و توانایی او در مراقبت از خود افزایش یافته و فعالیت هایی را انجام می دهد که به سطح سلامت و رفاه وی می افزایند و از بروز در عوارض بالقوه پیشگیری می کند. آموزش به بیمار در برگیرنده تمام فعالیت های آموزشی مربوط به بیماری شامل آموزشهای درمانی، بهداشتی و ارتقای سلامت بالینی است که برای کمک به بیمار به منظور تصمیم گیری آگاهانه در مورد بیماری خود و کسب مهارت خود مراقبتی صورت می گیرد .

آموزش فرایندی است :

هدفمند، سیستماتیک، منظم و طراحی شده

به موجب آن یادگیری اتفاق می افتد

باعث تغییر در آگاهی، نگرش و مهارت مددجو

افزایش صلاحیت و توانایی مددجو در مراقبت از خود

افزایش سطح سلامت و رفاه و پیشگیری از عوارض بالقوه

در برگیرنده تمام فعالیتهای آموزشی مربوط به بیماری شامل آموزش های درمانی، بهداشتی و ارتقای سلامت بالینی.

آموزش عبارتست از فعالیت هایی که به منظور ایجاد یادگیری در یادگیرنده ، طرح ریزی می شود و بین یاد دهنده و

یادگیرنده به صورت کنش متقابل جریان می یابد. بیمار، انسانی است که دچار اختلال در فرآیند سلامتی خود شده

است و نقش پرستار به عنوان آموزش دهنده این است که با استفاده از فرآیند آموزش به بیمار و خانواده وی درباره

بیماری و مسائل مربوط به آن اطلاعات لازم را ارائه کند، مهارت ها را آموزش دهد و تغییر نگرش ایجاد کند.

آموزش به بیمار فرایندی است که فرصت های یادگیری را برای بیمار و خانواده وی در زمینه بیماری، درمان، مکانیسم

های سازگاری و افزایش مهارت ها فراهم می کند .

آموزش به بیمار فرایند کمک به افراد است که رفتارهای مربوط به سلامتی را از نظر دانش، مهارت، نگرش و ارزشها بیاموزند به طوری که این رفتارها را در زندگی روزانه شان به کار برند.

فرهنگستان پزشکان خانواده آمریکا، آموزش به بیمار را فرایند تاثیرگذاری بر رفتار بیمار و ایجاد تغییر در دانش، نگرش و مهارتها که برای حفظ و ارتقاء سلامتی ضروری است، معرفی می کند. پیشرفت های پزشکی و افزایش تکنولوژی موجب شده تا اکثر افرادی که در سنین پایین دچار معلولیت و یا بیماریهای مزمن می شوند، زنده مانند. بنابراین آنان برای فایق آمدن بر مشکلات و سازش با شرایط ایجاد شده و پیشگیری از بروز مشکلات جدید نیازمند کمک و آموزش هستند. آموزش به بیمار در زمان پذیرش و در طول اقامت 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. با توجه به روند صعودی جمعیت افراد پیر و بروز بیشتر بیماری های مزمن در این سنین و رخداد چندین مشکل در یک زمان به همراه تغییرات طبیعی حاصل از پیری به شدت مشکلات می افزاید بنابراین از طریق ارائه آموزش میتوان به افراد پیر و خانواده وی کمک کرد تا مشکلات را درک و تدابیر لازم را به کار ببرند و به حداکثر سطح سلامت و استقلال دست یافته و رفاه و سلامتی شان تامین شود. با شناخت هر چه بیشتر نقش پیشگیری در کاهش بیماری های مزمن و ناتوانی ها، تلاش های آموزش به بیمار در جهت کمک به بیماران برای کاهش بروز بیماری و عوارض آن و کاهش صدمات ناتوان کننده باید افزایش یابد. برنامه ریزی جهت ترخیص زودتر بیماران از بیمارستان، مسئولیت آنها را در مراقبت از خود در منزل افزایش می دهد. بنابراین جهت دستیابی بیمار و خانواده به دانش و مهارت لازم برای این سطح از مراقبت، آموزش به بیمار ضروری است. آگاهی بیماران در مورد وضعیت، نحوه مراقبت و درمان، دیگر شکل زینتی ندارد بلکه امری عادی است و به این علت بیماران حق دارند که آگاهی داشته باشند و در تصمیم گیری مربوط به سلامتی خود مشارکت نمایند. بنابراین آموزش به بیمار در خدمات بستری و سرپایی ضرورت دارد.

نقش پرستار در آموزش و یادگیری

مددجویان و خانواده ها غالباً از پرستاران اطلاعات بهداشتی را طلب می کنند. اگر این اطلاعات در اختیارشان گذارده نشود، ممکن است نیاز به آموزش روشن نگردد. پرستار باید تلاش کند نیازهای آموزشی مددجو در مورد شرایط جسمی و برنامه های درمانی خود را پیش بینی نماید. پرستار باید اطلاعاتی را ارائه دهد که مددجو و خانواده نیاز دارند و احتمالاً مورد استفاده قرار خواهند داد. برای این که پرستار آموزش دهنده موثری باشد باید مددجو را تحت آموزش قرار دهد نه اینکه فقط حقایق را بگوید و بگذرد. پرستار باید با دقت آنچه را که مددجو نیاز دارد بشناسد و زمانی را که برای آموزش این امر مناسب است تعیین نماید .

زمانی که پرستاران به آموزش مددجو ارزش می گذارند و قادر به اجرای آن هستند، مددجویانی آمادگی بیشتری برای پذیرش مسئولیت های بهداشتی کسب می کنند .

هدف از طراحی بخشی آموزش سلامت در بیمارستان ها میباشد

هدف کلی :

ارتقای سطح سلامت در جامعه

اهداف ویژه:

آموزش پرسنل در ارتباط با آموزش سلامت به مددجو

تعیین کارگروه آموزش به بیمار

شروع آموزش به بیمار از زمان ورود به واحد پذیرش تا بعد از ترخیص بیمار

پیگیری روند درمان پس از ترخیص بیمار (در منزل)

تدوین جزوات آموزشی جهت پنج بیماری شایع در هر بخش از رفرنسهای معتبر و به روز و یکسان با تاریخ تولید و

بازنگری

تدوین پمفلت آموزشی جهت پنج بیماری شایع در هر بخش از رفرنسهای معتبر و به روز و یکسان با تاریخ تولید و بازنگری

تدوین تراکت آموزشی جهت پنج بیماری شایع در هر بخش از رفرنسهای معتبر و به روز و یکسان با تاریخ تولید و بازنگری

تدوین جزوات و پمفلت و تراکت آموزشی جهت تمام بیماریهای موجود در بخشها

به تایید رساندن تمام مطالب آموزشی بخشها توسط پزشکان بخش

آموزشی کردن فضای بخشها با طراحی شعار، آرم، تهیه خلاصه بیماریها و قرار دادن در نقاط مختلف بخشها و اخذ آزمون روزانه و طراحی آموزشی screen saver

گذاشتن دفتر نظرات آموزشی در هر بخش جهت پرسنل بخشها

هماهنگی با اساتید دانشگاهها جهت یکسان سازی آموزشها توسط پرسنل و دانشجویان

طراحی فرم ارزیابی اولیه و فرم آموزش به بیمار و خانواده و فرم زمان ترخیص

تدوین دستورالعمل پرکردن ارزیابی اولیه پرستار از بیمار و فرم آموزش به بیمار و خانواده و فرم آموزش به بیمار و خانواده حین ترخیص

اخذ آزمون بیماریهای بخش از تمامی پرسنل بخش

تهیه خلاصه از بیماریها و آموزشها و تکثیر آنها و در اختیار بخشها گذاشتن

اخذ آزمون از پرسنل به صورت هفتگی از بیماریهای بخش جهت مرور مداوم بیماریها و آموزشها

پیشگیری از بیماریها و مشکلات بهداشتی

بروز رسانی سایت آموزش به بیمار

توجه و حمایت از آموزش به بیمار

نیازسنجی آموزشی در بخشها

تهیه و تکثیر رسانه های آموزشی

راند منظم بخش ها

ارزشیابی وپایش موثر بودن آموزش :

تهیه چک لیست ارزشیابی

آنالیز داده ها

ارزیابی نقاط قوت و ضعف و رفع نواقص احتمالی

آموزش بیماری ها و مشکلات بهداشتی شایع در مبتلایان

پیشگیری از بیماری ها و مشکلات بهداشتی

طراحی چک لیست ارزیابی بیمار همراه با دفتر بهبود کیفیت

سنجش میزان اثر بخشی آموزش به بیماران به صورت روزانه

ایجاد فضایی برای تعامل بین بیماران در مورد مشکلات خویش

گرفتن نیازهای آموزشی بخش در تعامل با سرپرستاران و رابط آموزشی در هر بخش

آموزش سلامت گروهی در بخشهای بالینی شامل بیماریهای دیابت، فشارخون، پیشگیری از سرطان و

در جهت رسیدن به اهداف فوق گروه آموزش به بیماران قالب های متفاوتی را در بخش های مختلف طراحی نموده

است که این قالب ها شامل متن قابل چاپ، پمفلت های آموزشی، اسلاید و... می باشد .

مزایای آموزش سلامت به مددجو

افزایش رضایتمندی بیماران

کاهش اضطراب بیمار

کاهش دوره بستری

افزایش نتایج درمان با پایبندی بیشتر بیماران به اقدامات مراقبتی

کاهش هزینه های درمانی و بهداشتی

بهبود کیفیت زندگی بیمار

کاهش بروز عوارض بیماری

افزایش توانمندی و مشارکت مددجو در برنامه های درمانی و مراقبتی

افزایش استقلال بیمار در فعالیت های روزمره

تکمیل برنامه های درمانی

کاهش پذیرش مجدد بیماران

موانع موجود

عدم آگاهی پرستار نسبت به نیاز های آموزشی بیماران

کمبود وقت پرستاران به خاطر تراکم سایر وظایف پرستاری

عدم برنامه ریزی در مورد آموزش به بیمار در کار روزانه پرستاران به عنوان یک وظیفه

عدم وجود محیط و وسایل آموزشی مناسب در بیمارستان

عدم توجه و حمایت مسئولین و مدیران در قبال مساله آموزش بیمار

برای غلبه بر موانع آموزش مددجو

ایجاد بخش خدمات مدیریتی جهت آموزش به بیمار

افزایش آگاهی های پرستاران

فراهم کردن ابزارهای آموزش جهت کیفیت بالاتر آموزش به بیمار

ایجاد هماهنگی در خدمات آموزشی به بیمار

گنجانیدن فرایند آموزش به بیمار در کار روزانه پرستاران به عنوان یک وظیفه فلوجارت استقرار نظام آموزش سلامت به مددجو

Follow Up و پیگیری بیماران پس از ترخیص از بیمارستان

پیگیری وضعیت بیمار پس از ترخیص علاوه بر تاثیر بسیار زیاد بر رضایتمندی بیماران در بیماریابی موارد عفونتهای بیمارستانی و پیگیری و کنترل عوارض احتمالی پس از ترخیص از قبیل عفونت، خونریزی، آسیب به ارگان ها و ... می گردد.

اهمیت Follow Up:

پیگیری نحوه مصرف داروها در منزل

پیگیری رعایت رژیم غذایی بیمار در منزل

پیگیری نحوه مراقبت از زخم بیمار در منزل

پیگیری از عود مجدد بیماری

پیگیری جهت کاهش بستری های مجدد بیمار

پیگیری نحوه مراقبت از اتصالات بیمار

پیگیری نحوه مراقبت از عضو گچ گرفته

پیگیری میزان فعالیت بدنی و تحرک بیمار

تدوین پروتکل اجرایی

مطالعات کتابخانه ای و جستجوی متون

بررسی موانع و وضعیت موجود بیمارستانها

طراحی ساختار آموزش سلامت به مددجو

نیازسنجی و تدوین پمفلتهای آموزشی

تشکیل کمیته علمی فنی در اداره پرستاری

تایید مواد آموزشی اجرای پروتکل

آموزش به پرسنل در ارتباط با آموزش سلامت به مددجو

نیازسنجی در بخشهای بستری بیمارستان

تهیه رسانه های آموزشی

تایید رسانه های آموزشی توسط کمیته علمی فنی .

تکثیر رسانه های آموزشی .

آموزش مددجویان با استفاده از رسانه های آموزشی تدوین شده .

ارزشیابی

تهیه چک لیست های ارزشیابی

تکمیل چک لیست

آنالیز و تجزیه و تحلیل داده ها

ارزیابی نقاط قوت و ضعف برنامه مذکور

رفع نواقص احتمالی

مراحل آموزشی سلامت به مددجو

برای موفقیت در امر آموزش، باید از یک روش سیستماتیک استفاده کنیم :

ارزیابی فردی مددجو

تعیین نیاز های آموزشی مددجو

برنامه ریزی جهت آموزش

اجرای برنامه آموزشی

ارزشیابی فرایند آموزش

محور های اصلی آموزش به مددجو

آموزش زمان پذیرش شامل:

۱- معرفی فرد آموزش دهنده به بیمار

۲- آشنایی با محیط فیزیکی بخش، مقررات بیمارستان، روتین بخش (زمان غذا دادن، ساعات ملاقات، ساعات گرفتن

علائم حیاتی روتین، زمان دارو دادن و....)

۳- آموزش استفاده از وسایلی مانند: زنگ اخبار، تخت، تلفن، کلید های چراغ برق، تلویزیون و ...

پرستار اهمیت کننده، مسئول آموزش زمان پذیرش می باشد

آموزش حین بستری

۱- افزایش آگاهی بیماران در مورد خصوصیات بیماری (نام بیماری، فرایند بیماری، ریسک فاکتور ها، عالم و نشانه ها و عوارض)

۲- افزایش آگاهی بیماران در مورد درمان بیماری (معاینات لازم برای تشخیص بیماری، درمان های موجود بیماری (دارویی، جراحی)، انواع اقدامات پاراکلینیکی لازم (رادیولوژی، پاتولوژی، آزمایشگاه)، عوارض دارویی و روش برخورد با عوارض، مراقبت قبل و بعد از اعمال جراحی و بیهوشی در صورت انجام و نحوه برخورد با آن، رژیم غذایی و ...)

آموزش زمان ترخیص

۱- نحوه مصرف داروهای تجویز شده در منزل

۲- مراجعه مجدد (در صورت نیاز و دستور پزشک) به درمانگاه

۳- تاکید بر تداوم درمان و پیگیری تست های تشخیصی

۴- فعالیت های روزانه

۵- تحویل پمفلت آموزشی

نحوه اجرای Follow Up و پیگیری بیماران پس از ترخیص از بیمارستان:

تکمیل فرم (طبق فرم پیوست شماره ۲) پس از ترخیص توسط پرستار مسئول بیمار

تماس با بیمار پس از ترخیص توسط پرستار Follow Up (پیگیری کننده) که شامل سه تماس میباشد

تماس اول با بیمار سه روز پس از ترخیص

تماس دوم با بیمار یک هفته پس از ترخیص

تماس سوم با بیمار دو هفته پس از ترخیص

وظایف سوپروایزر آموزش سلامت کام اول :

۱- نیازسنجی آموزشی بیماران

۲- تهیه محتوای آموزشی بر اساس نیازسنجی انجام شده

۳- تهیه مقررات هر بخش

۴- آموزش و آماده سازی پرسنل جهت آموزش بدو ورود

۵- بانک اطلاعات کامل در هر بخش

تهیه محتوای آموزش :

آنچه که در هر مرحله از دوره بستری در بیمارستان باید به بیمار آموزش داده شود .

محتوای برنامه های آموزش سلامت به بیمار، باید بر اساس آخرین اطلاعات پزشکی باشد.

از نظر صحت علمی معتبر باشد.

محتوا باید تا حد امکان خلاصه باشد .

محتوای آموزشی باید به نحو قابل فهم و ساده برای فراگیران مورد نظر تهیه گردد و بدون استفاده از کلمات تخصصی

بیان شوند.

متناسب با سواد بیماران باشد .

مطالب مهم باید مشخص گردند. مثلاً با حروف درشت تر یا کشیدن خط زیر آنها

گام دوم :

تهیه رسانه های آموزشی

شروع آموزش بدو ورود

بروز رسانی سایت آموزش به بیمار

تهیه پمفلت و بروز رسانی

خصوصیات یک رسانه آموزشی مخصوص آموزش سلامت به بیماران

از نظر قابلیت های تصویری و خواندنی :

دستورالعمل های آن توسط بیمار قابل اجرا باشد .

دارای جذابیت باشد .

همراه با تصویر باشد.

متناسب با سطح معلومات بیمار باشد .

از نظر طراحی :

به قلم حروف دقت شود.

رنگ متن دارای اهمیت فراوان است.

باید از جملات در پاراگراف های کوتاه و فضای بیش زمینه روشن استفاده کرد.

گام سوم :

۱- تشکیل جلسات آموزشی جهت پرسنل پرستاری (مهارت های برقراری ارتباط، اصول آموزش به مددجو، انواع روش های آموزشی و رسانه های آموزشی)

۲- آشناسازی پرسنل با پروتکل آموزش سلامت به مددجو

۳- هماهنگی جهت تکثیر رسانه های آموزشی تهیه شده

۴- آموزش پروتکل زمانبندی جهت فرم آموزش به بیمار

ارزشیابی وپایش موثر بودن آموزش

- تهیه چک لیست ارزشیابی

-آنالیز داده ها

-ارزیابی نقاط قوت و ضعف و رفع نواقص احتمالی

- راند منظم بخش ها

روند کار آموزش به بیمار در بخش های بستری

۱-بیماران در بخش های بستری توسط کارشناسان پرستاری آموزش داده می شوند . آموزش ها بر اساس شرایط

بیمار و اولویت بندی نیاز های آموزشی انجام می شود.

۲-موارد آموزش به بیمار در پرونده بیمار در برگه مخصوص ثبت آموزش به بیمار ثبت می شود و به بیمار پمفلت مربوط

به موضوع داده می شود و از بیمار امضا گرفته می شود.

۳-ارزشیابی موارد آموزش به بیمار در بخش توسط سرپرستار همان بخش برای کلیه بیماران انجام می شود. قابل ذکر

است در صورتیکه در ستون ارزشیابی غیر مؤثر قید گردد، نیاز آموزشی دوباره باید به بیمار آموزش داده شده و

ارزشیابی صورت بگیرد .

۴- ارزشیابی سرپرستار در مورد بیماران توسط سوپروایزر بالینی و سوپروایزر سلامت به بیمار نیز به صورت رندوم انجام می شود.

۵- هنگام ترخیص به بیمار در مورد نحوه مراجعه بعدی، گرفتن جواب پاتولوژی، نحوه مراقبت از خود، نحوه مصرف دارو و ... آموزش داده و در برگ آموزش ترخیص ثبت می گردد .

۶- آموزش گروهی و پیگیری بعد از ترخیص نیز انجام می گیرد .

لازم به ذکر است بر اساس نیازسنجی انجام شده توسط کارشناس آموزش سلامت به بیمار تعدادی محتوای آموزشی، بر اساس اولویت بندی آماده شده است .

نحوه آماده سازی مطالب:

مطالب از منابع معتبر علمی و آموزشی به بیمار تهیه می شود. (مجموعه کتابهای بروئر - سودارث و سایت پرستاری Nursing Consult) مطالب آماده شده با توجه به استانداردهای طراحی رسانه های آموزشی در قالب پمفلت یا کتابچه گنجانده شده و چندین بار از نظر محتوا آنالیز می شود. (مواردی مانند میزان سواد - گروه مخاطب - موارد فرهنگی و... در طراحی این پمفلت ها در نظر گرفته می شود) مطالب آماده شده توسط کمیته آموزش به بیمار (متشکل از پزشک متخصص آن واحد - مدیریت پرستاری - سرپرستاران بخشهای بستری و رابطین آموزشی و کارشناس آموزش به بیمار) بررسی می شود و بعد از رفع نقائص برای چاپ فرستاده می شود .

آموزش پرسنل در ارتباط با آموزش سلامت به مددجو

شروع آموزش به بیمار از زمان ورود به واحد پذیرش تا بعد از ترخیص بیمار

تعیین کارگروه مرکزی و اصلی و فرعی

تشکیل کمیته آموزش به بیمار

تعیین جزوات و پمفلت آموزشی جهت پنج بیماری شایع در بیمارستان

پیشگیری از بیماریها و مشکلات بهداشتی

بررسی و اصلاح محتوای آموزشی

بروز رسانی سایت آموزش به بیمار

توجه و حمایت از آموزش به بیمار

تهیه پمفلت های آموزشی و بروزرسانی

آموزش پرتکل زمانبندی جهت فرم آموزش به بیمار

نیازسنجی آموزشی در بخشها

تهیه و تکثیر رسانه های آموزشی

راند منظم بخش ها

ارزشیابی وپایش موثر بودن آموزش :

تهیه چک لیست ارزشیابی

آنالیز داده ها

ارزیابی نقاط قوت و ضعف و رفع نواقص احتمالی

هدف اصلی از آموزش به بیمار در گیر کردن افراد در امر مراقبت از خود به منظور افزایش کیفیت خدمات ارائه شده و

ارتقای سطح سلامت است.

ارزیابی فردی و ثبت آن

این مرحله شامل جمع آوری اطلاعات در مورد بیمار، خانواده ی او وضعیت بهداشتی، بیماری و...بهتر است اطلاعات که

از بیمار جمع آوری می شود در یک فرم مخصوص ثبت شود.

نیازسنجی و ثبت آن

تعیین نیازهای آموزشی بیمار :

بیماران چه چیزهایی می‌خواهند بدانند. این مرحله بر اساس اطلاعاتی که در مرحله ی اول به دست می‌آیند انجام می‌شود. هم‌چنان جمع‌آوری اطلاعات ادامه دارد. پرستاران تا زمانی که به شناخت کافی از انسان و نیازهای مرتبط با سلامتی او دست نیابند نمی‌توانند از راهی به جز شانس و تصادف به بیمارانشان مراقبت ارائه دهند.

آموزش‌هایی که بیمار دریافت می‌کند باید بر اساس نیازها توانایی‌ها و ترجیحات یادگیری او باشد.

بعد از تعیین نیازها باید آنها را در یک فرم مخصوص ثبت نمود.

تدوین اهداف :

تنظیم اهداف یادگیری یکی از بنیادی‌ترین مراحل در کل فرایند آموزش به بیمار است. اهداف بر اساس نیازهای شناسایی شده تدوین میشوند.

پرستاری هنر و علمی است که مشتمل بر فعالیت‌ها، مفاهیم و مهارت‌های مرتبط با علوم پایه اجتماعی، علوم فیزیکی، اخلاقی، موضوعات معاصر و سایر زمینه‌ها می‌باشد. پرستاری حرفه منحصر به فردی است زیرا روش‌های ارتقای سلامت، حفظ سلامت و مشکلات بهداشتی درمانی را مشخص می‌کند. پرستاران بسیاری از نقش‌های هم‌زمان: ارائه مراقبت‌های مستقیم، تصمیم‌گیری بالینی، جستجوی حمایت از مددجو و خانواده و آموزش را متقبل می‌شود.

رابطه بین آموزش و یادگیری :

یادگیری هدف است و آموزش وسیله رسیدن به این هدف یادگیری همیشه معطوف به یادگیرنده است اما آموزش مستلزم فعالیت متقابل بین حداقل دو نفر (مربی و یادگیرنده) است.

یادگیری می‌تواند بدون آموزش صورت پذیرد. اما آموزشی که منجر به یادگیری نشود آموزش نیست!

بیمار را از نظر جسمی و روانی آماده یادگیری کنید.

هر انسانی باید از نظر جسمی، روحی و ذهنی آمادگی یادگیری را داشته باشد. اگر بیمار درد می‌کشد یا تحت تاثیر داروهای بیهوشی است، آماده یادگیری نیست. بدیهی است که برنامه آموزشی خود را باید به موقعیتی دیگر موکول کنید. انگیزه یادگیری را در بیمار ایجاد کنید.

انگیزه عبارت است از کشش درونی به سوی هدفی خاص که دستیابی به آن سبب ارضای خاطر و ایجاد تعادل فیزیولوژیکی یا روانی فرد می‌گردد. برای یادگیری بهتر، باید انگیزه و تمایل به یادگیری در بیمار وجود داشته باشد. مثال روزهای قبل از عمل جراحی، میزان یادگیری بیمار در مورد عوارض احتمالی عمل و راههای پیشگیری از این عوارض در بیمار بالا می‌رود. انگیزه مهمترین عامل است که فرد را به فعالیت وادار می‌دارد. ارضاء نیازهایی مثل تعلق، احترام به خویشتن و تحقق توانایی‌های بالقوه، می‌تواند باعث برانگیختگی بیمار شود.

محیط یادگیری را مساعد کنید

پرستار باید یک محیط آرام و خلوت را برای آموزش انتخاب کند. نور و گرمای اتاق باید مناسب باشد. رعایت حریم خصوصی بیمار، احترام به شخصیت فرد و آزادی بیان از دیگر عوامل موثر در محیط روانی یادگیری است.

نکات کلیدی و مهم را تکرار کنید

علاوه بر تکرار کلمات نکات اصلی و کلیدی باید به بیمار کمک کنید تا اطلاعات را خلاصه و مستند کند و آماده یادگیری نکات جدید شود

لحظه‌ها را غنیمت شمارید

آموزش در حالی به نهایت کارایی می‌رسد که قادر به پاسخگویی سریع به نیاز فراگیر باشد. حتی اگر به شدت درگیر درمان زخم بستر فشاری هستید می‌بایست در مواجهه با این سوال بیمار که "چگونه می‌توانم از پیشرفت زخم جلوگیری کنم؟" خود را برای آموزش به او آماده کنید. چنین بیماری کاملاً آماده یادگیری است. با ارائه اطلاعات مختصر و مفید نیاز فوری بیمار خود را برآورده سازید و با اطلاعات بیشتری که بعداً در اختیار او قرار خواهید داد، آموزش خود را ادامه دهید.

بیمار را در برنامه ریزی مشارکت دهید

برای اینکه یادگیری رخ دهد لازم است که بیمار را در شناسایی نیازهای یادگیری اش مشارکت دهید. به او کمک کنید تا اهداف قابل دستیابی را انتخاب کند. سپس با انتخاب راهبردها و موضوعات آموزشی که مستلزم مشارکت مستقیم بیمار است (مثل روش ایفای نقش) او را بیشتر ترغیب کنید. صرف نظر از راهبردی که جهت آموزش انتخاب می کنید، در اختیار قرار دادن فرصت به بیمار برای بررسی ایده های خود و نیز خطر پذیری و خلاقیتی که بیمار از خود نشان می دهد، باعث افزایش سطح یادگیری می شود .

زمینه شرکت فعال بیمار در آموزش را فراهم آورید

گفتن اینکه بیمار چه کند یا مجموعه ای از راهنمایی های مکتوب را در اختیار او گذاشتن، ضامن این امر که او خود این راهنمایی ها را پی خواهد گرفت نخواهد بود. بنابراین حل مسائل توسط بیمار، تمرین روش ها و لمس وسایل، موثرتر از روشی است که در آن فقط فعالیت به وسیله پرستار انجام می گیرد. به عنوان مثال محلول ORS توسط مادر و با کمک و با نظارت پرستار صورت می گیرد .

آموزش را با موضوعی آغاز کنید که بیمار درباره آن اطلاعاتی دارد

زمانی که آموزش شما ادامه اطلاعات قبلی بیمار باشد فرآیند یادگیری تسریع خواهد شد. بیماری که دیالیز صفاقی می شود و اکنون باید تحت همودیالیز قرار گیرد، در مورد تعادل مایعات اطلاعاتی را از قبل دارد. در این حالت، آموزشی که بتواند فرآیندهای قدیمی و شناخته شده را با موضوعات جدید و ناشناخته مقایسه و توأم کند، باعث تسریع در یادگیری مطالب جدید می شود .

آموزش را از مطالب ساده به پیچیده انجام دهید

اگر بیمار این فرصت را داشته باشد که در ابتدا روی مطالب ساده تسلط یابد و سپس این مفاهیم را برای یادگیری مطالب پیچیده تر به کار بندد، در این صورت یادگیری وی آسانتر خواهد شد .

کلیتی از آموزش خود را در اختیار بیمار قرار دهید

در آموزش بیماران، در همان شروع برنامه آموزش یا کلاس درس، دست یافتن به یک برنامه جامع همیشه مفید است. همچنین ارائه چکیده ای مختصر که توسط آن شخص بتواند دریابد که چگونه اجزاء ترکیب کننده بهم می آمیزند تا کلیتی واحد را تشکیل دهند .

شیوه ای که بیمار برای یادگیری مطالب ترجیح می دهد انتخاب کنید

برای درک شیوه یادگیری بیمار می بایست او را مورد مشاهده قرار داد یا از او سوالاتی کرد مبنی بر اینکه چگونه به بهترین شکل مطلبی را یاد می گیرد. در صورتی که امکان پذیر است مطالب آموزشی خود را به صورت نوشتاری یا تصویری آماده سازید .به مفاهیم آموزشی معنا ببخشید یک راه دیگر برای تسهیل یادگیری، مرتبط ساختن مطالب آموزشی با زندگی بیمار می باشد .

به کارگیری فوری آموخته ها را امکان پذیر سازید

امکان به کارگیری آموخته ها و مهارت های جدید توسط خود بیمار، یادگیری وی را تقویت نموده و حس اعتماد به نفس را در وی پدید می آورد. این نوع به کارگیری فوری آموخته ها در حقیقت انتقال یادگیری به دنیای واقعی است .

برای ساعات استراحت بیمار برنامه ریزی کنید

به خاطر داشته باشید که ایجاد وقفه های دوره ای در یادگیری مسئله طبیعی به شمار می رود. در هنگام ارائه مطالب پیچیده یا طولانی امکان دارد بیمار شما احساس خستگی کند و دیگر گیرایی نداشته باشد. سعی کنید علائم این خستگی ذهنی را در بیمار خود شناسایی کنید و اجازه دهید بیمار تان استراحت نماید. در این مدت می توانید به بازنگری برنامه آموزشی خود پردازید و تغییرات ضروری را به وجود آورید .

بیمار خود را از نحوه پیشرفتش مطلع کنید

باز خورد مثبت، بیمار را به تلاش بیشتر ترغیب می کند، چرا که در این حالت هدف برای او قابل دستیابی خواهد شد .

یادگیری مطلوب را تشویق کنید

تحسین یک رفتار مطلوب، شانس تکرار آن را از سوی بیمار افزایش می دهد. پاداش انگیزه ای بسیار موثرتر از مجازات است. در آموزش بیمار میتوان با تشویق و دلگرمی صادقانه، به وی در امر یادگیری کمک رسانید. به عنوان مثال پرستار به بیماری که قبل از خوردن غذا دستهایش را می شوید می گوید: " خیلی خوشحالم وقتی می بینم شما اینقدر به رعایت نکات بهداشتی حین غذا خوردن اهمیت می دهید.

فرآیند آموزش به بیمار

فرآیند آموزش به بیمار شامل بررسی(شناسایی نیازهای یادگیری)، تشخیص پرستاری، برنامه ریزی، اجرا و ارزشیابی است

بررسی و شناسایی نیازهای یادگیری

پرستار و مددجو اطلاعات لازم برای یادگیری مددجو(محتوای آموزش)را مشخص می کنند. سوالاتی مانند دانستن چه مطلبی برای شما حائز اهمیت است تا بتوانید به طور کافی از خودتان مراقبت نمائید امکان شرکت فعال در برنامه ریزی طرح مراقبت از خود را می دهد.

نیازهای یادگیری بر اساس اینکه مددجو در فرایند بهبودی کجاست، تغییر می کند. بدین ترتیب ارزیابی، یک فعالیت مداوم است.

بررسی نیازهای یادگیری از طریق مشاهده مستقیم وضعیت جسمی، رفتاری و یا پیش بینی نیازها طی طرح درمان نیز میسر است. در انتهای بررسی پرستاری و طی ارتباط متقابل با بیمار مراقبت دهنده می تواند نیازهای آموزشی بیمار را بررسی نماید .

برنامه ریزی

بعد از تعیین تشخیص های پرستاری که نیازهای آموزش مددجو را مشخص می کند، پرستار برنامه آموزشی تدوین می کند که حاوی اهداف و نتایج مورد انتظار است و مددجو نیز در انتخاب تجربه های آموزشی شرکت دارد. طرح آموزش بر اساس نیازهای یادگیری شناسایی شده، تدوین می گردد. یک طرح آموزشی شامل نتایج یا اهداف یادگیری، سرفصل های محتوی آموزشی، روش و ابزارهای آموزشی و پیش بینی ارزشیابی موثر آموزش می باشد.

روش های آموزشی :

روش های آموزشی، شیوه یا راه هایی هستند که آموزش دهنده برای ارائه محتوای آموزشی از آنها استفاده می نماید. باید در هر حیطه بهترین روش آموزش تعیین گردد. آموزش به طروق مختلفی ارائه می شود و شیوه مناسب بر اساس محتوای مطلب و الگوی یادگیری بیمار انتخاب می شود.

برای پرستاران انتخاب موثرترین راهکار آموزش مهم است، سادگی و قابل فهم بودن مطالب کلید رسیدن به موفقیت است.

اجرا:

در این مرحله برنامه هائی که با مشارکت بیمار و خانواده تدوین و برنامه ریزی شده است اجرا می شود. اجرای طرح آموزش شامل استفاده از تمام اصول آموزش و یادگیری مانند توجه به آمادگی و توانایی بیمار، زمان مناسب، سهیم کردن بیمار و خانواده او، روش مناسب با توجه به حیطه یادگیری، وسایل کمک آموزشی، سازماندهی موضوعات آموزشی، تکلم با زبان قابل فهم برای بیمار، استفاده از اصول یادگیری مانند اصول تکرار و تقویت، توجه به محیط یادگیری و دریافت بازخوردهای بیمار، انتخاب محتوای مناسب و اولویت بندی زمان ارائه آن می باشد. هنگام اجرای آموزش پرستار باید اصولی را در نظر داشته باشد. انتخاب یک محیط آرام مهم است. ایستگاه پرستاری به دلیل وجود سر و صدا، رفت و آمدهای مکرر محل خوبی برای اجر ای آموزش نمی باشد. در بیمارستان با گذاشتن پاراوان و یا بردن بیمار به یک محیط خلوت می توان راحتی و آرامش بیمار را فراهم کرد. زمان آموزش به تمایل و وضعیت بیمار بستگی دارد که باید مورد توجه قرار گیرد. سرعت ارائه مطالب در یادگیری تاثیر دارد. آموزش با سرعت زیاد موجب گیجی می

شود. از طرفی سرعت کم نیز خسته کننده است. زمان آموزش باید محدود باشد، هر جلسه آموزش ۱۵ دقیقه و یا کمتر طول می انجامد. تکرار مطالب مهم، سوال کردن موجب تقویت یادگیری می شود.

پایش عملکرد آموزش به بیمار

بی شک هیچ برنامه ای بدون پایش و ارزیابی، منتج به نتیجه و هدف نخواهد بود. ضروری است برنامه آموزش به بیمار با توجه به اهمیت آن و گستردگی موضوع، به صورت دقیق و مستمر توسط کارشناسان مربوطه پایش گردد.

بدین منظور از چک لیست پیشنهادی وزارت متبوع (پیوست شماره ۱) استفاده گردد.

این فرم به صورت ماهیانه توسط رابط آموزش سلامت در تمامی بخشهای بالینی تکمیل شده و نتایج آن با تایید سر پرستار بخش به سوپر وایزر آموزش سلامت گزارش گردد.

سوپروایزر آموزش سلامت نتایج و تحلیل های مربوطه (نقاط ضعف و قوت، اقدامات اصلاحی و برنامه توانمند سازی کارکنان) را پایان هر فصل به صورت مکتوب به مترون / مدیر پرستاری بیمارستان گزارش نماید.

لازم است مترون / مدیر پرستاری پس از مطالعه و تایید، گزارش فوق را حداکثر تا ۱۵ روز پس از پایان فصل به اداره پرستاری ارسال نماید.

ارزیابی اولیه پرستار از مددجو									فرم پیوست شماره ۱	ردیف	
									نام و نام خانوادگی بیمار:		
									علت بستری:		
									شماره تماس بیمار / مددجو:		
بیمار	بیمار	بیمار	بیمار	بیمار	بیمار	بیمار	بیمار	بیمار	عناصر قابل ارزیابی		
بیمار ۹	بیمار ۸	بیمار ۷	بیمار ۶	بیمار ۵	بیمار ۴	بیمار ۳	بیمار ۲	بیمار ۱			
									ارزیابی اولیه بیمار و ثبت اولین گزارش پرستاری توسط کارشناس پرستاری انجام شده است.	۱	
									ساعت و تاریخ ورود به بخش و نحوه ورود به بخش ثبت شده است.	۲	
									شکایت اصلی (بیان مشکل از زبان بیمار) و علت بستری بیمار (تشخیص اولیه پزشک) ثبت شده است.	۳	
									نتایج حاصل از ارزیابی سلامت جسمی و سلامت روحی ثبت شده است.	۴	
									نتایج حاصل از ارزیابی وضعیت هوشیاری و ارزیابی درد بیمار ثبت شده است.	۵	
									نتایج حاصل از بررسی داروهای در حال مصرف بیمار ثبت شده است.	۶	
									برنامه های درمانی و تشخیصی درخواست شده توسط پزشک ثبت شده است.	۷	
									توضیحات و آموزشهای ارائه شده توسط پرستار در بدو پذیرش در گزارش پرستاری ثبت شده است.	۸	
									خدمات خود مراقبتی و بازتوانی مورد نیاز بیمار شناسایی و ثبت شده است.	۹	
									نتایج ارزیابی نیاز به خدمات مددکاری و ارزیابی تغذیه ثبت شده است.	۱۰	
									جمع کل امتیاز		

محاسبه اثربخشی : ضعیف = ۰-۴۰ ، متوسط = ۴۰-۷۰ ، خوب = ۷۰-۱۰۰

معیار امتیازات : ضعیف = ۰ ، متوسط = ۱ ، خوب = ۲

درصد کل:



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی خراسان شمالی

فرم پیگیری تلفنی بعد از ترخیص

تاریخ آخرین ابلاغ:

تاریخ آخرین بازنگری:

تاریخ بازنگری بعدی:

پیوست شماره ۲

نام و نام خانوادگی بیمار:		شماره پرونده:	تاریخ ترخیص:	پزشک معالج:	تلفن تماس بیمار:	تشخیص بیماری:
اقدامات انجام شده در بخش بستری:			دستورات پیگیری تلفنی پزشک:			
تماس های تلفنی:			توصیه های مورد لزوم			
تاریخ اولین تماس تلفنی:			<p>-مراقبت از نظر عفونت ها: تب <input type="radio"/> ضعف و بیحالی <input type="radio"/></p> <p>*عمل جراحی: خونریزی <input type="radio"/> خروج ترشحات چرکی از محل درن <input type="radio"/> بخیه <input type="radio"/></p> <p>درد و قرمزی ورم موضعی محل عمل جراحی <input type="radio"/> تعویض پانسمان <input type="radio"/></p> <p>بازشدن بخیه ها <input type="radio"/></p> <p>*تنفسی: تنگی نفس <input type="radio"/> افزایش ترشحات چرکی <input type="radio"/></p> <p>خلط چرکی/تغییر رنگ خلط <input type="radio"/></p> <p>*ادراری: تکرر ادرار <input type="radio"/> سوزش ادرار <input type="radio"/> درد سوپراپوویک <input type="radio"/> فوریت ادرار <input type="radio"/></p> <p>(در صورت داشتن سوندفولی) تغییر رنگ ادرار به تیرگی <input type="radio"/> بوی بد ادرار <input type="radio"/></p> <p>*خونی: لرز <input type="radio"/> تب <input type="radio"/></p> <p>-مراقبت از زخم <input type="radio"/> بله <input type="radio"/> خیر <input type="radio"/></p> <p>-مصرف دارو <input type="radio"/> بله <input type="radio"/> خیر <input type="radio"/></p> <p>-تغذیه <input type="radio"/> بله <input type="radio"/> خیر <input type="radio"/></p> <p>-ورزش <input type="radio"/> بله <input type="radio"/> خیر <input type="radio"/></p> <p>-استحمام <input type="radio"/> بله <input type="radio"/> خیر <input type="radio"/></p> <p>-برگشت به کار روزانه <input type="radio"/> بله <input type="radio"/> خیر <input type="radio"/></p> <p>سایر توصیه ها:</p> <p>مهر و امضاء پرستار</p>			
-مراقبت از نظر عفونت ها: تب <input type="radio"/> ضعف و بیحالی <input type="radio"/>						

تاریخ دومین تماس تلفنی:

- *عمل جراحی: خونریزی خروج ترشحات چرکی از محل درن بخیه
درد و قرمزی ورم موضعی محل عمل جراحی تعویض پانسمان
بازشدن بخیه ها
*تنفسی: تنگی نفس افزایش ترشحات چرکی
خلط چرکی/تغییر رنگ خلط

- *ادراری: تکرر ادرار سوزش ادرار درد سوپراپوویک فوریت ادرار
(در صورت داشتن سوندفولی) تغییر رنگ ادرار به تیرگی بوی بد ادرار
*خونی: لرز تب

- مراقبت از زخم بله خیر
-مصرف دارو بله خیر
-تغذیه بله خیر
-ورزش بله خیر
-استحمام بله خیر
-برگشت به کار روزانه بله خیر
سایر توصیه ها:

مهر و امضاء پرستار

تاریخ سومین تماس تلفنی:

- مراقبت از نظر عفونت ها: تب ضعف و بیحالی
*عمل جراحی: خونریزی خروج ترشحات چرکی از محل درن بخیه
درد و قرمزی ورم موضعی محل عمل جراحی تعویض پانسمان
بازشدن بخیه ها
*تنفسی: تنگی نفس افزایش ترشحات چرکی
خلط چرکی/تغییر رنگ خلط

- *ادراری: تکرر ادرار سوزش ادرار درد سوپراپوویک فوریت ادرار
(در صورت داشتن سوندفولی) تغییر رنگ ادرار به تیرگی بوی بد ادرار
*خونی: لرز تب

- مراقبت از زخم بله خیر
-مصرف دارو بله خیر
-تغذیه بله خیر
-ورزش بله خیر
-استحمام بله خیر
-برگشت به کار روزانه بله خیر

سایر توصیه ها:

مهر و امضاء پرستار