

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین بستری

تست تراکم استخوان

همکار محترم پرستاری بیمارستان با توجه به دستورالعمل جامع خودمراقبتی و آموزش بیمار، الزامی است آموزش بیمار حین بستری و ترخیص **تست تراکم استخوان** طبق این دستورالعمل و حداقل محتوای زیر انجام گیرد

❖ آمادگی های قبل از انجام آزمون

- ✓ مرکزی را انتخاب نمایید که مورد اطمینان پزشک باشد.
- ✓ جهت تعیین نوبت انجام تست با دفترچه بیمه و درخواست پزشک به مرکز انجام تست مراجعه نمایید.
- ✓ در زمان تعیین شده و سی دقیقه زودتر در مرکز حاضر باشید.
- ✓ استرس و اضطراب نداشته باشید.
- ✓ گرچه از اشعه ایکس برای اندازه گیری تراکم استخوان استفاده می شود اما مقدار اشعه ای که بکار می رود بسیار جزئی می باشد و ضرری ندارد. بنابراین می توان از آن حتی در کودکان و خانمهای حامله هم در صورت نیاز استفاده نمود بدون اینکه خطری متوجه آنها باشد
- ✓ لباس هایی که دارای اشیاء یا تکه های فلزی هستند باید قبل از انجام اسکن درآورده شوند.
- ✓ برای انجام تست سنجش تراکم استخوان نیاز به آمادگی خاصی وجود ندارد
- ✓ مدارک زیر را در زمان انجام تست به همراه داشته باشید:
 - درخواست پزشک
 - دفترچه بیمه، معرفی نامه و یا هر دو

❖ آمادگی های حین انجام آزمون

- ✓ وقتی توده استخوانی در ستون فقرات اندازه گیری می شود، یک بالش مربع شکل در زیر ران ها گذاشته می شود. این کار برای مستقیم شدن قسمت پایینی ستون فقرات ممکن صورت می پذیرد.
- ✓ حین انجام آزمایش بی حرکت باشید و به توصیه های تکنسینی که این آزمون را انجام می دهد توجه کنید.
- ✓ بر خلاف سایر دستگاه های اسکن، در اینجا هیچگونه تونلی وجود ندارد که بیمار به داخل آن برود.
- ✓ نیازی به تعویض لباس های خود ندارید.
- ✓ اگر شئی فلزی در بدن خود دارید پزشک مسئول مرکز را مطلع نمایید.
- ✓ آزمایش با درد خاصی همراه نیست ولی همکاری شما با پزشک به تسهیل آزمایش کمک می کند.
- ✓ این تست در حدود ۱۰ تا ۲۰ دقیقه طول می کشد.
- ✓ هیچ تزریقی در این آزمایش انجام نمی گیرد.

دستورالعمل و راهنمای پرستاری جهت آموزش به بیمار، حین ترخیص

تست تراکم استخوان

❖ پیگیری بعد از انجام تراکم استخوان

- ✓ پزشک متخصص رادیولوژی تست تراکم استخوان را بررسی و نتایج را به صورت مکتوب به شما گزارش می کند.
- ✓ در مورد چگونگی دریافت نتایج و زمان آن با مرکزی که تست را انجام دادید، صحبت کنید.
- ✓ بعد از دریافت جواب از مرکزی که آزمایش را انجام دادید، به منظور تصمیم گیری برای ادامه درمان با برگه گزارش سنجش تراکم استخوان به نزد پزشک معالج خود بروید.
- ✓ در صورت نیاز به درمان و یا آزمایش های بیشتر، پی گیر درمان خود باشید.
- ✓ از پزشک خود در مورد نتایج آزمایش اطلاعات کسب کنید و با افرادی که در این زمینه اطلاعاتی ندارند مشورت نکنید.
- ✓ در صورتی که مجدداً نیاز به انجام تست داشتید به همان مرکزی که تست قبلی را انجام دادید مراجعه نمایید.
- ✓ روند درمان پوکی استخوان طولانی می باشد اصرار به تکرار تست در فواصل کوتاه ننمایید.