



فرم شماره 2- آموزش به بیمار و خانواده

مراقبت های پس از ترخیص

ضربان زودرس بطنی (PVC)

شماره پرونده:			نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج:
					اتاق:	
					تخت:	
نام پدر:	تاریخ تولد:	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:			
جنس: ☐ زن ☐ مرد						
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 :						
- مصرف روزانه نمک را کاهش دهید. به میزان نمک (سدیم) موجود در مواد غذایی بسته بندی شده توجه ویژه ای داشته باشید. - از یک رژیم غذایی سالم شامل میوه ها، سبزی ها، غلات کامل و غذاهای کم چرب پیروی کنید. - در صورتی که افزایش وزن دارید، جهت کاهش وزن با پزشک یا کارشناس تغذیه مشورت کنید. - از پرخوری پرهیز کنید. - مصرف کافئین (چای، نوشابه، قهوه) را کم کنید. - در خصوص ورزش با پزشک خود مشورت کنید. - از فعالیت در محیط های خیلی گرم یا سرد خودداری کنید. - استرس (فشار روانی) در تشدید بیماری نقش بسزایی دارد. عوامل استرس زا را در زندگی خود بشناسید. در صورت لزوم به روانشناس، روانپزشک و مراکز حمایتی در این زمینه مراجعه کنید. - از زور زدن در موقع اجابت مزاج خودداری کنید. - سیگار را ترک کنید. سیگار باعث سریع کار کردن قلب شده و عروق خونی را تنگ کرده و اکسیژن رسانی به قلب را کاهش می دهد. - در صورتی که نیاز به دستگاه ضربان ساز طبق توصیه پزشک داشتید، تعبیه آن را به تعویق نیندازید. - نوشابه های الکلی مصرف نکنید.						
در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید						
- تپش قلب - کاهش فشار خون - تنگی نفس - سنکوپ (غش کردن) - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی						