



Doküman Kodu: EY.FR.032

Yayın Tarihi: 15.09.2021

Revizyon Tarihi: -

Revizyon No: 0

Sayfa: 1 / 1

Hastanın Mevcut Yaşam Koşulları	Yalnız yaşıyor <input type="checkbox"/> Eşyle Yaşıyor <input type="checkbox"/> Diğer <input type="checkbox"/>
Evde Bakımına Yardımcı Kimse Var Mı?	Hayır <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> ..... (evet ise kim)
Hastalığı ve Tedavisi Hakkında Bilgisi	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>
Hastanın Taburculuktan Sonra Gideceği Yer:	
Hasta/Yakınına Taburcu Olacağına Bildirilmesi	Tarih/ Saat Hemşire /İmza

- ◇ Hastanın hazırlanmasına yardım edilmesi
- ◇ Varsa eşyasının teslimi
- ◇ Gerekirse dolaşım bozukluğu belirtilerinin öğretilmesi. Bu belirtiler görülürse hekimi ile iletişim kurmasının söylenmesi
- ◇ Gerekli ise hastanede yaptırılan egzersizlere evdede devam etmesinin söylenmesi
- ◇ Enfeksiyon belirtilerinin öğretilmesi. Bu belirtilerin görülmesi halinde hekimi ile iletişim kurmasının söylenmesi

**TEDAVİ: İLAÇ SAATİ ve OLABİLECEK YAN ETKİLER:**

- **DIYET:** Reflüde beslenme çok önemlidir. Yemeklerinizi küçük ve sık öğünler halinde, yavaş ve iyi çiğneyerek yiyin. Yemekten en az 3 saat sonra yatın. Böylece yemek borusuna çıkacak olan mevcut mide asidi miktarı azalır. Çok sıcak yiyecek ve içeceklerden kaçınınız. Yüksek ısı yemek borusunda hasar oluşturabilir. -Fazla kilonuz varsa kilo verin. Fazla kilolar reflü için önemli bir risk oluşturur.
- **KISITLAMALAR:** Sigara ve alkolü bırakın. Sigara ve alkol mide asidinin yemek borusuna kaçmasına neden olur. Ayrıca tütün vücudun ihtiyacı olan tükürüğü engeller. Korse, sıkı kemer ve dar pantolon giymekten kaçınınız. Stresden uzak durun. Stresin mide yanmasını artıran bir faktör olduğu belirlenmiştir.

**BANYO YAPMA:****MERDİVEN ÇIKMA :** Hareket edin. Fakat tok karına egzersiz yapmayın.**ARABA KULLANMA:****CİNSEL YAŞAM :****DİĞER :****KONTROL:****YARA BAKIMI :****YARDIMCI ARAÇ GEREÇLER :****ÖZEL UYARILAR:** Yatağınızın başını yükseltin. Yatağınızın başı ile birlikte üst vücudun tamamının da yastıklarla desteklenerek yükseltilmesine dikkat edilmelidir.**TABURCU ÖZETİ :****ACİL DURUMLARDA BAŞVURULACAK TELEFON NUMARASI:**

Herhangi bir probleminiz olduğu zaman 112 yi genel durumlarda bizi 0123 456 78 90 no'lu telefondan arayabilirsiniz.

**HASTANIN  
ADI, SOYADI  
İMZASI:****HEMŞİRENİN  
ADI, SOYADI  
İMZASI:**

İki nüsha hazırlanarak biri hasta/yakınına verilecek, diğeri ise hasta dosyasında saklanacaktır.