(Logonuz Burada)

Demo Sağlık Tesisi (Prokalite.Com)
HASTA TABURCU VE EĞİTİM FORMU (HİPERTANSİYON)

Doküman Kodu: EY.FR.023	Yayın Tarihi: 28.11.2026	Revizyon Tarihi: -	Revizyon No: 0	Sayfa: 1 / 1

Hastanın Mevcut Yaşam Koşulları	Yalnız yaşıyor [] Eşiyle Yaşıyor [] Diğer[]
Evde Bakımına Yardımcı Kimse Var Mı?	Hayır [] Evet [] ..... (evet ise kim)
Hastalığı ve Tedavisi Hakkında Bilgisi	Var [] Yok []
Hastanın Taburculuktan Sonra Gideceği Yer:	
Hasta/Yakınına Taburcu Olacağının 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 egzersizlereevdede devametmesinin söylenmesi
◇ Enfeksiyon belirtilerinin öğretilmesi. Bu belirtilerin görülmesi halinde hekimi ile iletişim kurmasının söylenmesi

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

- **DİYET:** Beslenmenize dikkat edin. Kilolu hastaların kilo vermeleri tansiyonlarının düşmesini sağlar. Yağ ve tuz tüketimini azaltın. Vücudun tuza da ihtiyacı olduğundan tuzsuz diyet gıdalar, zeytin, turşu gibi yiyeceklerin yenmemesi, salataya tuz konulmaması, yemek pişirirken katılan tuz miktarının azaltılması yeterlidir. Yiyecek içeriğindeki değişiklikler veya eklemeler:Potasyumdan zengin gıdalarla beslenme (muz ve kayısı gibi) tansiyonu ayarlamada yardımcıdır. Çay, kahve ve kolalı içeceklerin tüketimi sınırlandırılmalıdır.
- **KISITLAMALAR:**Sigarayı bırakmanın kalp krizi ve felç riskini azaltacağını unutmayın.

BANYO YAPMA: Dikişler alındıktan 1 gün sonra
MERDİVEN ÇIKMA :Çıkabilir
ARABA KULLANMA:15-20 gün sonra
CİNSEL YAŞAM :1 hafta sonra
DİĞER :Düzenli ve bilinçli egzersiz yapın.Bu konuda özelleşmiş fizyoterapistlerden size uygun egzersiz programını öğrenin.

KONTROL:

YARA BAKIMI :

YARDIMCI ARAÇ GEREÇLER :

ÖZEL UYARILAR: Düzenli olarak kan basıncınızı kontrol ettirin.Daha iyisi kendi kan basıncınızı ölçmeyi öğrenin ve olanağınız varsa bir tansiyon aleti ve stetoskop alın.Böylece beyaz önlük hipertansiyonu adı verilen hastaların beyaz önlüklü bir kişi görünce tansiyonlarının yükselmesi durumu önlenmiş olacaktır.Ölçülen kan basıncı değerlerini tarih ve saat yazarak kaydetmeyi alışkanlık haline getirin ve doktora giderken yanınızda götürün. –Doktorunuz tansiyon yüksekliğiniz için ilaç tedavisi önerdiğinde ilaçlarınızı nasıl kullanmanız gerektiğini öğrenin ve bu konuda soru sormaktan çekinmeyin.Kendinizi iyi hissediyor düşüncesiyle ilaçlarınızı almayı ihmal etmeyin .İlaçlarınızı doktorunuzun önerdiği şekilde düzenli olarak alınız.

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.