(Logonuz Burada)

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

Doküman Kodu: EY.FR.032	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:** 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 kaçının.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 kaçının.Stresten 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.