

نشریه کارآموزی

فراکارآموزی

ماهنامه ویژه آموزش بالینی

دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران



TEHRAN UNIVERSITY
OF
MEDICAL SCIENCES



اسکن کنید



مرداد ماه ۱۴۰۵ | شماره یکم

به نام خدا



زمان مطالعه:

زمان مطالعه: حدود 10 دقیقه

مقدمه مدیر مسئول



“ با افتخار ”

با افتخار اولین شماره نشریه کارآموزی پلاس را به دست شما دانشجویان و همکاران گرامی می‌سپاریم

★ شکل‌گیری این نشریه نوآوری کوچکی است با هدفی بزرگ ★

یعنی ارتقای آموزش بالینی پرستاری و ایجاد پلی علمی و صمیمی میان دانشجویان و محیط بالین! با همت و حضور فعال جمعی از دانشجویان مقاطع مختلف دانشکده پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تهران در کنار بعد آموزشی، تلاش کرده‌ایم فضایی دوستانه برای اشتراک تجربه‌های یادگیری، خاطرات و حتی لحظات شیرین کارآموزی فراهم کنیم تا هر دانشجو بتواند خود را عضوی از خانواده بزرگ دانشکده بداند!

نشریه کارآموزی پلاس شامل بخش‌های ثابت و متغیر است:

از جمله معرفی لاین‌های کارآموزی دانشکده، آشنایی با اساتید و بیمارستان‌های آموزشی، مرور پروسیجرهای شایع، و انعکاس تجربه‌ها و چالش‌های بالینی دانشجویان.

هدف ما، علاوه بر آموزش، تثبیت هویت حرفه‌ای پرستاری و ایجاد صدای مشترک میان مسئولین و دانشجویان است. امیدواریم این آغاز دریچه‌ای تازه به سوی یادگیری مشترک، تجربه‌اندوزی و نزدیکی بیشتر دانشجویان و محیط بالین باشد. از همه شما عزیزان دعوت می‌کنیم با حضور فعال و ارسال تجربیات، یادداشت‌ها و پیشنهادهایتان، در غنای هرچه بیشتر این حرکت جمعی سهیم باشید!

مدیر مسئول نشریه ، دکتر سحر خوش کشت
سرپرست دفتر ارتقا آموزش بالینی پرستاری

صاحب امتیاز ، دکتر سربه پور تقی
معاونت آموزشی

سر دبیر نشریه ، دکتر غزاله سلیقه دار
دانشجوی دکتری پرستاری / داخلی - جراحی

طراح و گرافیکست ، محمدامین عبداللهی
دانشجوی کارشناسی پرستاری

معاون سر دبیر ، پگاه خلیفه زاده
دانشجوی کارشناسی پرستاری



با آرزوی موفقیت

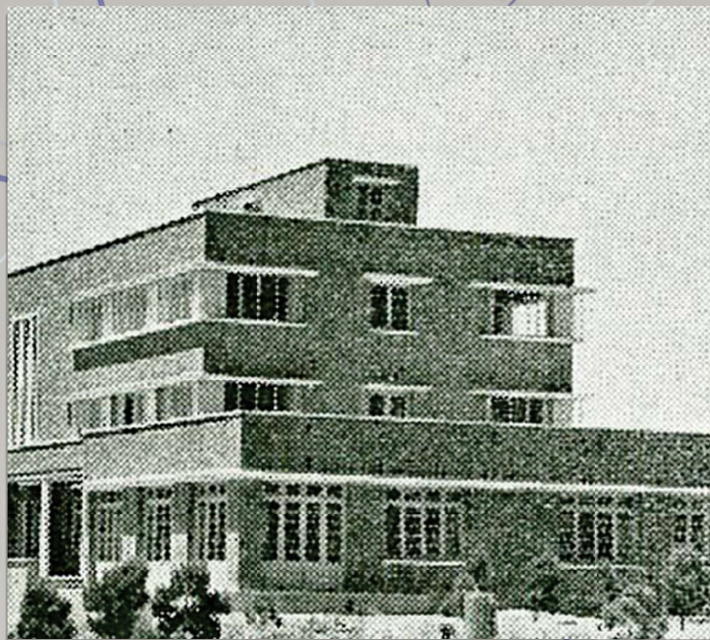


از کجا اومده این اعتبار؟

نخستین بار در سال ۱۹۴۹ میلادی یا ۱۳۲۸ شمسی آموزشگاه عالی پرستاری فعالیت خود را در جهت تربیت پرستار با درجه معادل لیسانس در دوره ۳ ساله آغاز کرد.

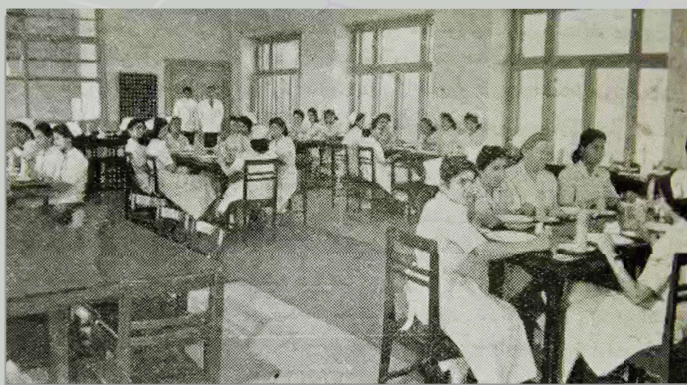
هر ساله ۱۰۰ تا ۱۲۰ دانشجوی **دختر** از طریق کنکور اختصاصی این رشته پذیرفته می شدند.

این دانشجویان **۳ سال و شبانه روزی** با سیستم خاص آموزشی جهت کار و ارائه خدمت پرستاری در بیمارستانهای وابسته به دانشکده پزشکی دانشگاه تهران تربیت می شدند.



میخواهیم پرستار شویم

“میخواهیم پرستار شویم که به مردم خدمت کنیم”



پس از **انقلاب فرهنگی** در سال ۱۳۶۲ هـ یا ۱۹۸۳ م آموزشگاه عالی پرستاری به مدرسه عالی پرستاری و مامائی تبدیل شد و در سال ۱۳۶۶ هـ یا ۱۹۸۷ م با ادغام چندین مدرسه عالی پرستاری و مامائی دانشکده پرستاری و مامائی دانشگاه علوم پزشکی تهران شکل یافت.



شما چرا؟

معرفی بیمارستان شریعتی



زمان مطالعه : حدود ۹۰ ثانیه



شماره تماس : ۰۲۱-۸۴۹۰۱۰۰۰



آدرس: تهران، خیابان کارگر شمالی

سه راه جلال آل احمد

روبروی دانشکده اقتصاد

دسترسی ؟

از مترو میدان آزادی « بیمارستان شریعتی متروی خط ۴ در ایستگاه میدان آزادی . پس از گذشت ۵ ایستگاه در ایستگاه میدان انقلاب پیاده و سوار اتوبوس خط ۶۳۰۱ به سمت شهرک والفجر شوید. پس از گذشت ۵ ایستگاه در ایستگاه بیمارستان شریعتی از اتوبوس خارج شوید. پیاده تا بیمارستان شریعتی حرکت کنید . دسترسی آسان از ایستگاه مترو تربیت مدرس تقاطع خط ۶ و ۷ می باشد و پیاده تا بیمارستان شریعتی ۵ دقیقه راه دارد .

معرفی این بخش

مدیر پرستاری: سرکار خانم طیبہ زرچینی

ابتدا در سال ۱۳۴۴، بنای مرکز پزشکی هسته ای و غدد مترشحه داخلی دانشگاه تهران توسط آقای دکتر نظام مافی در محل فعلی آن **ساختمان پزشکی هسته ای بیمارستان شریعتی** پایه گذاری و مراحل توسعه آن آغاز شد .



در سال ۱۳۵۲ ایجاد مرکز پزشکی بعنوان یک **بیمارستان جنرال** (عمومی) به ریاست آقای مرحوم دکتر پرفسور عاملی جراح مغز و اعصاب و معاون ایشان جناب آقای دکتر دواچی و با همکاری چند تن دیگر از اساتید مجرب دانشگاه تهران در کنار ۲ مرکز دیگر به تصویب رسید .



این بیمارستان در آذرماه سال ۱۳۵۳ تحت عنوان **داریوش کبیر** افتتاح شد و بعد از انقلاب اسلامی نام دانشکده داریوش کبیر نیز به بیمارستان دکتر شریعتی تغییر نام یافت .



این بیمارستان در زیربنا با مساحتی با اندازه **۴۱۰۰۰ مترمربع** دارای ۴۲ بخش بستری و حدود ۶۴۰ تخت فعال میباشد .



سالانه حدود ۳۵ هزار نفر در این بیمارستان بستری می شوند و ۵۰ هزار نفر به اورژانس و ۴۰۰ هزار نفر به درمانگاه های سرپایی مراجعه می کنند .



درمان های تخصصی و فوق تخصصی توسط **۲۰۰ تن** از استادان و اعضای هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران در این بیمارستان به مردم ارائه می شود .



این بیمارستان **آموزشی** است و سالانه ۴۰۰ دستیار تخصصی و ۶۰ دستیار فوق تخصصی به درمان و همچنین آموزش مشغولند



این بیمارستان نخستین مرکز درمانی در **پیوند موفق مغز استخوان** با استفاده از سلول های بنیادی است و هم اکنون سالانه حدود ۵۰۰ پیوند مغز استخوان با سلول های بنیادی خونساز در این بیمارستان انجام می شود .



این بیمارستان همچنین **قطب علمی پزشکی هسته ای** کشور بوده و با استقرار دستگاه سیکلوترون رادیو دارو مورد نیاز در آن تولید و استفاده می شود .



مصاحبه با دکتر زهرا رود دهقان

عضو هیئت علمی دانشکده پرستاری و مامایی

دانشگاه علوم پزشکی تهران

زمان مطالعه: حدود ۳۶۰ ثانیه



بخش شخصی

۱. لطفاً خودتان را معرفی بفرمایید. در کجا تحصیل کرده‌اید و اکنون در چه مرحله‌ای از مسیر حرفه‌ای خود قرار دارید؟ آیا در جایگاهی هستید که ده سال پیش انتظارش را داشتید؟

زهرا رود دهقان هستم، متولد ۱۳۶۱. هر سه مقطع تحصیلی را در دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه ع.پ. تهران گذرانده‌ام.

۲. چه عاملی موجب شد رشته پرستاری را انتخاب کنید؟

فضای بیمارستان و تعامل با مردم برایم جذابیت داشت. همواره روحیه خدمت‌رسانی و کمک به دیگران در من وجود داشت و احساس می‌کردم باید حرفه‌ای را انتخاب کنم که به‌طور مستقیم در خدمت انسان‌ها باشد. به رشته پزشکی علاقه داشتم اما رتبه‌ام برای ورود به آن کافی نبود. رشته‌های دندان‌پزشکی و داروسازی را اصلاً دوست نداشتم. از میان رشته‌های بالینی، پرستاری را به دلیل نگاه جامع و غیرمحدود آن انتخاب کردم. رشته کاملاً با روحیات من هم‌خوانی داشت و روز به روز بیشتر به آن علاقمند می‌شدم.

۳. جهان‌بینی شما چگونه است؟ جهان از نظر شما چه رنگیه؟

بر این باورم که انسان‌ها بر اساس جهان‌بینی، باورها و اعتقادات خود تصمیم‌گیری می‌کنند و رفتارشان نیز در همان مسیر شکل می‌گیرد. شخصاً هر موضوعی را با جهان‌بینی و باورهای خود پیوند می‌زنم. هر امری در راستای جهان‌بینی توحیدی باشد هر چند سخت و پرتلاقت انجام می‌دهم و هر امری در این راستا نباشد ولو به ظاهر فواید و پیشرفت‌هایی هم برایم داشته باشد آن را رد می‌کنم. رنگ این جهان سرتا سر نور است.

ترم سوم دانشگاه از نقاط عطف زندگی‌ام بود؛ زمانی که در اردویی که کانون قرآن و عترت دانشکده برگزار کرده بود، شرکت کردم و در آنجا با دوستانی آشنا شدم که موجب تعمیق ارتباط من با قرآن شدند. که آغاز فعالیت قرآنی من در کانون قرآن و عترت دانشکده بود.

قرآن برای من همچون دوستی صمیمی است؛ مصحف قرآن همواره همراه من است. قرآن کتاب زندگی است و نه صرفاً یک کتاب مقدس، به‌نظرم اگر هر دانشجویی از دوران تحصیل ارتباطی شخصی با قرآن برقرار کند، در مسیر زندگی دچار سردرگمی نخواهد شد.

رشته پرستاری نیز در همین چارچوب جهان‌بینی من قرار دارد؛ حرفه‌ای که خدمت به انسان را معنا می‌بخشد. خداوند انسان را بسیار ارزشمند می‌داند و مراقبت از او را مورد تاکید قرار می‌دهد.

در ادامه >>

هم مراقبت فرد از خودش که همان تقواست و هم مراقبت از دیگران را. خداوند می فرماید: اگر کسی یک نفر رو بکشد یعنی کل آدمها رو کشته، و این نشانه این است که حتی یک نفر چقدر برای خدا موضوعیت داشته است، حالا کار ما مراقبت از همین آدم است؛ همین اشرف مخلوقات. بعدها با روایتی از امام محمد باقر علیه السلام در حوادث آخر الزمان آشنا شدم که از میان ۳۱۳ یار ایشان، ۵۰ نفر زن هستند که کارشان پرستاری است. این روایت عزمم را برای ارتقاء بیشتر در این رشته جزم کرد. چون اگر کسی قرار باشد در این تیم انتخاب بشود باید تمام و کمال باشد؛ هم در آنچه از او انتظار میروید انجام بدهد و هم در سلامت و توان جسمی، رفتار و من هم تلاش میکنم انتخاب بشوم.

۴. نقش پیروزیها و شکستها در زندگی چیست؟

به باور من، شکست و پیروزی از ارکان زندگی هستند؛ گاه شادی آفرین و گاه غم انگیز. آنچه اهمیت دارد، واکنش ما نسبت به این وقایع است. شکست نباید موجب توقف شود و پیروزی نباید غرور آفرین باشد. اگر با نگاه رشد به آنها بنگریم، هر دو می توانند زمینه ساز تعالی و بلوغ فردی باشند.

۵. کتاب، فیلم یا مطلبی که مطالعه آن را توصیه می کنید؟

توصیه اول من خواندن قرآن است نه به عنوان کتاب به عنوان نقشه راه، شاید در ابتدا خواندن آن دشوار به نظر برسد، اما انس گرفتن با آن راه حل تمام پیچیدگی های مسائل دنیای امروز است. کتاب «دانشجو نباید سیب زمینی باشد» کتابی در قطع کوچک است که مطالعه آن را توصیه میکنم.

بخش کارآموزی

۱. در مورد کارآموزی اصول و فنون پرستاری بیشتر توضیح بدهید. چرا دانشجویان ترم دوم به سرعت وارد محیط بیمارستان می شوند؟

این کارآموزی مربوط به درس «اصول و فنون پرستاری» در ترم اول است که ۱.۵ واحد عملی و ۱.۵ واحد نظری است. در این درس، تمامی اصولی که پرستار در آینده باید برای مراقبت از بیمار بداند، در ترم اول آموزش داده می شود. اما کارآموزی آن در ترم دوم ارائه میشود که منطبق با دروس عملی نیست و طبق کوریکولوم، این درس با هدف آشناسدن دانشجویان با فضای بیمارستان و برقراری ارتباط اولیه با محیط درمانی و بیمار برنامه ریزی شده است و تعداد کمی از مهارت هایی که دانشجویان در ترم یک در محیط شبیه سازی شده فراگرفته اند در این کارآموزی تمرین می شود که شامل اخذ علائم حیاتی، خونگیری، آماده سازی سرم، گرفتن قند خون با دستگاه گلوکومتر و تزریق زیرجلدی و عضلانی است. اما مهم آن است که بدانیم آغاز فرایند حرفه ای شدن دانشجو از این ترم و از این درس رقم می خورد.

۲. مهم ترین نکته در کارآموزی چیست؟

حرفه ای بودن. این واژه را بارها تکرار کرده ام، زیرا همه چیز به آن بازمی گردد. پرستاری صرفاً پوشیدن لباس پرستاری نیست. فردی که مسئول مراقبت از دیگران است، باید ابتدا مراقب خود باشد :
از ظاهر خود؛ رعایت پوشش حرفه ای یا همان dress code از ترم های ابتدایی باید آغاز شود و با پیشرفت تحصیلی، جدی تر دنبال شود. از افکار و ذهن خود؛ از رفتار و تعاملات اجتماعی خود .

در ادامه <<

مفهوم خودمراقبتی بسیار مهم است. این واژه را معمولاً در آموزش بیماران مزمن به کار می‌بریم، اما ریشه این کلمه در تقواست و تنها به رفتارهای سلامت‌محور محدود نمی‌شود. در تمامی ابعاد زندگی، از انتخاب خوراک تا حضور در مکان‌های مختلف، تقوا معنا می‌یابد.

دانشجو باید بداند که حتی جزئیاتی مانند مدل مو یا نوع پوشش می‌تواند بر آرامش بیمار تأثیرگذار باشد. بیمار باید اطمینان داشته باشد که فردی که در کنار اوست، پرستار حرفه‌ای است.

نکته کلیدی این است: کسی که مسئول مراقبت از دیگران است، ابتدا باید مراقبت از خود را بیاموزد.

نخستین مواجهه دانشجویان با پدیده مرگ در بیمارستان، تجربه‌ای تأثیرگذار است. اما متأسفانه پس از مدتی برای آنان عادی می‌شود. نباید اجازه دهیم عمق این تجربه‌ها از بین برود؛ این همان حرفه‌ای شدن واقعی است.

✶ حرف آخر دکتر رود دهقان:

در پایان، سخنی از مقام معظم رهبری را یادآور می‌شوم:

دانشجوی خوب کسی است که خوب درس بخواند، خوب تهذیب اخلاقی کند، خوب ورزش کند و نسبت به مسائل سیاسی بی تفاوت نباشد.



«ارتباط با قرآن رو جدی بگیرید. هرچقدر زودتر این رابطه رو شروع کنید، مسیر زندگی تون متحول می‌شه.»

علائم حیاتی VITAL SIGNS



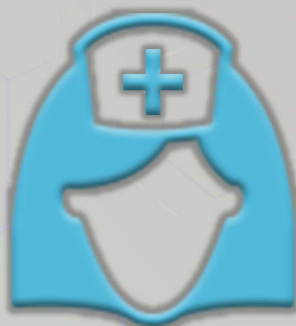
زمان مطالعه:
حدود ۹۰ ثانیه

علائم حیاتی (Vital Signs) شامل دما (Temperature)، نبض (Pulse)، تنفس (Respiration Rate)، فشار خون (Blood Pressure) و گاهی اشباع اکسیژن (Oxygen Saturation) هستند. در ادامه، مراحل و نکات کلیدی برای آموزش این مهارت ارائه می‌شود:



۱. مقدمه و اهمیت علائم حیاتی

- چرا علائم حیاتی مهم هستند؟ علائم حیاتی نشان‌دهنده وضعیت پایه‌ای عملکرد بدن هستند و تغییرات آنها می‌تواند نشان‌دهنده مشکلات حاد یا مزمن باشد. این اندازه‌گیری‌ها برای ارزیابی اولیه، پایش وضعیت بیمار و تصمیم‌گیری‌های بالینی ضروری هستند.
- نکته آموزشی: دقت، رعایت اصول بهداشتی و ارتباط مناسب با بیمار کلید موفقیت در این مهارت است.



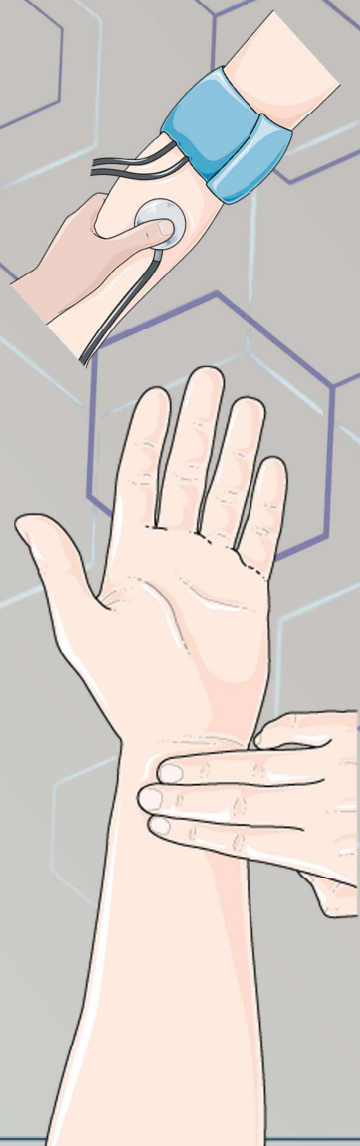
۲. آماده‌سازی برای اندازه‌گیری علائم حیاتی

تجهیزات مورد نیاز:

- دماسنج (دیجیتال، تماسی یا غیر تماسی)
- فشارسنج (دیجیتال یا دستی یا گوشی پزشکی)
- ساعت یا تایمر برای شمارش نبض و تنفس
- پالس اکسیمتر (برای اشباع اکسیژن و نبض)
- دستکش، الکل و پد ضدعفونی (برای رعایت بهداشت)
- محیط: محیط آرام، با نور مناسب و دمای متعادل.
- رعایت اصول بهداشتی: دست‌ها را بشوید و در صورت لزوم از دستکش استفاده کنید.

ارتباط با بیمار:

- خود را معرفی کنید.
- هدف از اندازه‌گیری را توضیح دهید.
- رضایت بیمار را جلب کنید و او را در وضعیت راحت قرار دهید (نشسته یا دراز کشیده بسته به نوع اندازه‌گیری).





۳. مراحل اندازه‌گیری علائم حیاتی

الف. دما (Temperature)

• نکات:

- از خوردن/نوشیدن یا سیگار کشیدن بیمار ۱۵ دقیقه قبل از اندازه‌گیری دمای خودداری شود.
- دماسنج را پس از هر بار استفاده ضدعفونی کنید.

• هدف: ارزیابی دمای مرکزی بدن برای تشخیص تب، هیپوترمی یا تغییرات متابولیک.

• روش‌ها:

- دهانی (Oral): مناسب برای بزرگسالان و کودکان بالای ۴ سال. دماسنج را زیر زبان قرار دهید و از بیمار بخواهید دهانش را ببندد. زمان انتظار: ۳۰ ثانیه تا ۱ دقیقه (بسته به نوع دماسنج).
- زیر بغل (Axillary): ایمن‌تر اما کمتر دقیق. دماسنج را در مرکز زیر بغل قرار دهید و بازو را به بدن بچسبانید. زمان: ۳-۵ دقیقه.
- رکتال (Rectal): دقیق‌ترین روش، مناسب برای نوزادان یا بیماران بیهوش. از روان‌کننده استفاده کنید و دماسنج را ۱-۲ سانتی‌متر وارد کنید. زمان: ۱ دقیقه.
- تمپانیک (Tympanic): از دماسنج مادون قرمز برای گوش استفاده کنید. گوش را به سمت بالا و عقب بکشید (در بزرگسالان) و دماسنج را در مجرای گوش قرار دهید.
- محدوده نرمال: ۳۸-۳۶.۶ درجه سانتی‌گراد (دهانی). روش رکتال ۰.۵ درجه بالاتر و زیر بغل ۰.۵ درجه پایین‌تر است.

ب. نبض (Pulse)

• هدف: ارزیابی تعداد، ریتم و قدرت ضربان قلب.

• روش:

- از انگشتان اشاره و میانی برای لمس شریان (معمولاً شریان رادیال در مچ دست یا کاروتید در گردن) استفاده کنید.
- تعداد ضربان‌ها را به مدت ۳۰ ثانیه بشمارید و در ۲ ضرب کنید (یا ۶۰ ثانیه برای دقت بیشتر).
- ریتم (منظم/نامنظم) و قدرت (قوی/ضعیف) را بررسی کنید.
- محدوده نرمال: ۶۰-۱۰۰ ضربه در دقیقه در بزرگسالان در حالت استراحت.
- نکات:
- از انگشت شست برای لمس نبض استفاده نکنید (ممکن است نبض خودتان را حس کنید).
- در صورت نامنظم بودن نبض، حتماً به مدت ۶۰ ثانیه بشمارید.

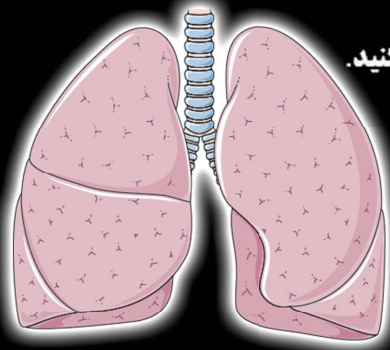


ج. تنفس (Respiration Rate)

هدف: ارزیابی تعداد، عمق و الگوی تنفس.

روش:

بیمار را در حالت استراحت مشاهده کنید (بدون اطلاع دادن به او برای جلوگیری از تغییر الگوی تنفس).



تعداد حرکات قفسه سینه یا شکم را به مدت ۳۰ ثانیه بشمارید و در ۲ ضرب کنید.

به عمق (عمیق/سطحی) و الگو (منظم/نامنظم) توجه کنید.

محدوده نرمال: ۱۲-۲۰ تنفس در دقیقه در بزرگسالان.

نکات:

برای طبیعی‌تر شدن تنفس بیمار، می‌توانید هنگام شمارش نبض، تنفس را نیز مشاهده کنید.

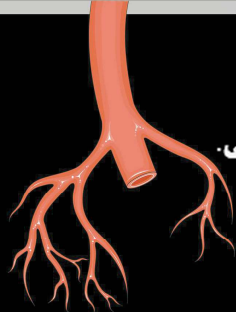
علائم غیرطبیعی مانند تنفس با صدای خس‌خس یا تنفس سخت را گزارش دهید.



د. فشار خون (Blood Pressure)

هدف: ارزیابی فشار خون شریانی برای بررسی عملکرد قلبی-عروقی.

روش:



1 بیمار را در حالت نشسته یا درازکش قرار دهید (بازو در سطح قلب).

2 کاف فشارسنج را ۲-۳ سانتی‌متر بالای گودی آرنج ببندید (محکم اما نه بیش از حد).

در فشارسنج دستی:

▪ پمپ کنید تا فشار کاف به ۲۰-۳۰ میلی‌متر جیوه بالاتر از فشار سیستولیک تقریبی برسد.

▪ به آرامی (۲-۳ میلی‌متر جیوه در ثانیه) فشار را آزاد کنید و با گوشی پزشکی به صدای کوروتکف (Korotkoff) گوش دهید.

▪ اولین صدا = فشار سیستولیک، ناپدید شدن صدا = فشار دیاستولیک.

در فشارسنج دیجیتال: دستگاه به صورت خودکار فشار را محاسبه می‌کند.

• محدوده نرمال: کمتر از ۸۰/۱۲۰ میلی‌متر جیوه طبق دستورالعمل‌های AHA

نکات:

- کاف باید سائز مناسب داشته باشد (خیلی کوچک یا بزرگ خطا ایجاد می‌کند).
- بیمار نباید ۳۰ دقیقه قبل کافین مصرف کرده یا ورزش کرده باشد.

۵. اشباع اکسیژن (SpO2 - Oxygen Saturation)

هدف: ارزیابی میزان اکسیژن در خون شریانی.

روش:

- پالس اکسیمتر را روی انگشت (معمولاً انگشت اشاره یا میانی) یا لاله گوش قرار دهید.
- صبر کنید تا عدد پایدار شود.
- محدوده نرمال: ۹۵-۱۰۰٪ در افراد سالم.

نکات:

- ناخن‌های مصنوعی، لاک ناخن یا دست سرد می‌توانند نتیجه را مختل کنند.
- دستگاه باید تمیز و کالیبره باشد.



۴. نکات آموزشی برای دانشجویان

- دقت و تمرین: هرچه بیشتر تمرین کنید، مهارت و اعتماد به نفس شما افزایش می‌یابد.
- ثبت نتایج: تمام علائم حیاتی را با تاریخ، ساعت و شرایط بیمار (مثل استراحت) ثبت کنید.
- ارزیابی بالینی: نتایج را با مقادیر نرمال مقایسه کنید و هرگونه انحراف را گزارش دهید.
- ارتباط با بیمار: بیمار را آرام نگه دارید و توضیح دهید که فرآیند بدون درد است.
- اشتباهات رایج:
 - عجله در اندازه‌گیری (مثلاً شمارش نبض به مدت کمتر از ۳۰ ثانیه)
 - استفاده از تجهیزات کثیف یا ناکالیبره.
 - نادیده گرفتن عوامل محیطی (مثل دمای اتاق یا اضطراب بیمار)



۵. منابع پیشنهادی برای مطالعه بیشتر

- مقاله‌های مربوط به "Vital Signs" و "Patient Assessment"
- کتاب‌های مرجع مانند Bates' Guide to Physical Examination and History Taking

شناسایی ایمن بیمار



زمان مطالعه:
حدود ۳۰ ثانیه



یکی از موارد تضمین کننده ایمنی بیمار، شناسایی صحیح وی می باشد. شناسایی بیمار، از بدو ورود و در هنگام پذیرش بیمار، شروع شده و در طی ارائه‌ی مراقبت‌های سلامت نیز باید انجام شود.



دستبند شناسایی بیمار از توسط بخش پذیرش تهیه و هنگام پذیرش و قبل از ورود بیماران به بخش، در اختیارشان قرار می گیرد.



اندازه دستبند شناسایی باید متناسب با ساختار بدنی بیمار باشد و به نحوی بسته شود که منجر به فشردگی پوست بیمار نشود.



قبل از انجام هر پروسیجر دستبند شناسایی بیمار را چک می کنیم و از خود بیمار در صورت هوشیاری نام و نام خانوادگی را می پرسیم.

در صورت حضور دو بیمار بستری با نام و نام خانوادگی مشابه چه کنیم؟

الف) درج نام پدر بر روی دستبند شناسایی

ب) درج عبارت "احتیاط بیمار با اسامی مشابه" بر روی جلد پرونده بیمار، به منظور هشدار به کادر درمان



تجارب دانشجویی



جرات یا حقیقت؟



ترم یک کارشناسی گرمابخش اکثر دوره‌های ما بازی "جرات" یا "حقیقت" بود. البته که معمولاً کسی "جرات" را انتخاب نمی‌کرد.

جمله معروفی از فیلسوف کی‌یرکگور هست که می‌گوید: "حقیقت"، ذهنیت است! من با این ذهنیت که زندگی شگفت‌انگیزتر از اینکه بخواهی بشینی و هیچ کاری نکنی (که اگر نکنی، "واقعیت"، حوصله سر بر می‌شود)، جرات این را به خرج دادم که خیلی کارها را شروع کنم یا ادامه بدهم. و در راستای نگاه همیشگی‌م به زندگی، در طول این ۳ سالی که تا به امروز کارشناسی خوانده‌ام، از محیط عزیز دانشگاه تهران استفاده کردم و یک سری از مهارت‌های نرم مثل تعامل، مدیریت و معاشرت با افراد، سخنرانی و ... را بهبود بخشیدم. تجربه‌ی ساخت پادکست بنیه هم بیشتر در تقویت این مهارت‌ها به من کمک کرد. یک سری از مهارت‌های دیگر مثل پژوهش و کاربرد هوش مصنوعی در زمینه‌های مختلف را در کارگاه‌ها یاد گرفتم و استفاده از برنامه‌هایی گرافیکی مثل CANVA و ... را بیشتر در روزمرگی دانشگاهی خودم قرار دادم.

"جرات" داشته باشید، "حقیقت" را با کلام خودتان بازگو کنید. «واقعیت» اینکه همه ما با ذهنیت منحصر به فرد و زیبای خودمان جلو می‌رویم، پس چرا که نه؟! اجازه بدهید دیگران هم از "حقیقت" زیبای وجودی شما بهره‌مند بشوند؛ باور دارم که چنین چیزی ممکنه.

در "واقع" من هم دارم تلاشی میکنم، "جرات" داشته باشم، "حقیقت" را ببینم و جووری که دوست دارم زندگی کنم.

پگاه خلیفه‌زاده، مهر ۱۴۰۴

ترم هفتم کارشناسی پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تهران



ونکومایسین

در یک نگاه

زمان مطالعه : حدود ۶ ثانیه



ونکومایسین در یک نگاه

◆ ونکومایسین چیست؟

یک آنتی‌بیوتیک قوی از گروه گلیکوپپتیدهاست که برای درمان عفونت‌های شدید باکتریایی (مثل MRSA) استفاده می‌شود.



◆ موارد مصرف مهم:

- عفونت‌های مقاوم به سایر آنتی‌بیوتیک‌ها (MRSA, Enterococcus)
- اندوکاردیت
- پنومونی شدید
- عفونت‌های استخوان و مفصل

◆ نکات پرستاری مهم:

۱. تزریق آهسته (حداقل ۱ ساعت) – تزریق سریع باعث سندروم مرد قرمز (قرمزی، خارش، افت فشار) می‌شود.
۲. سطح دارو (Vancomycin trough level) باید پایش بشود تا از سمیت کلیوی و گوش‌ی جلوگیری بشود.
۳. کلیه: حتماً قبل و حین درمان عملکرد کلیه (BUN, Cr) کنترل بشود.
۴. سماع گوش: چون می‌تونه اوتوتوکسیسیته بده، بیمار رو از نظر کاهش شنوایی یا وزوز گوش تحت نظر بگیریم.
۵. محلول رقیق شده رو فقط طبق دستور و استاندارد آماده کنیم (معمولاً با نرمال سالین یا دکستروز ۵٪).

◆ یادآوری ساده برای دانشجو‌ها:

ونکومایسین = و = "وقت بگیر برای تزریق" (آهسته بدی)

ن = "نظارت روی کلیه و گوش"

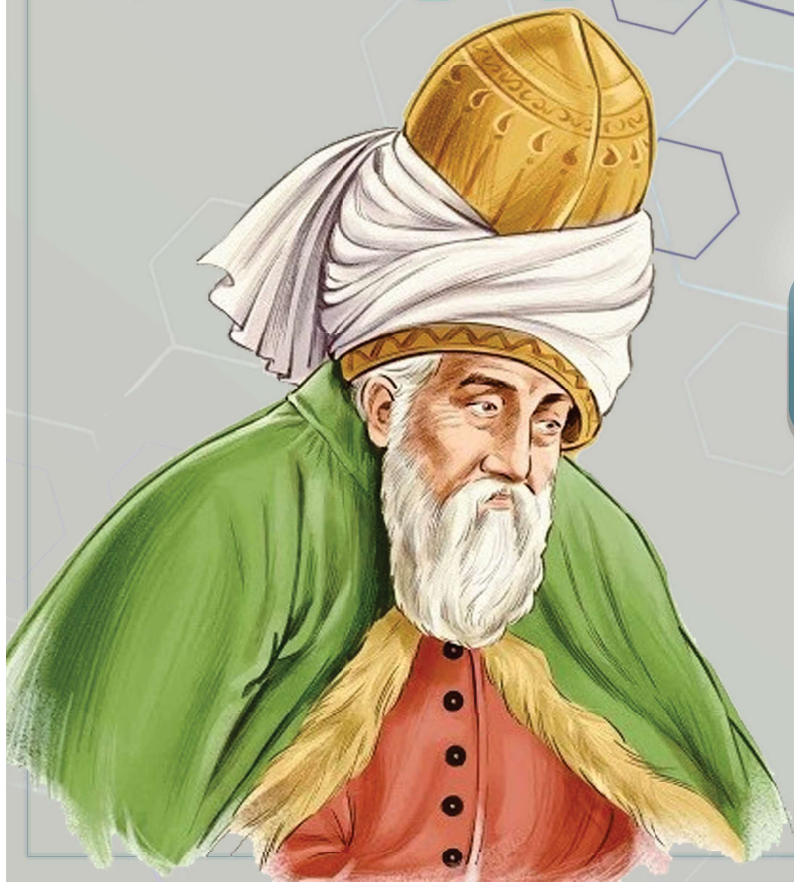
ک = "کنترل سطح دارو"

تنت به ناز طیبیان نیازمند مباد

وجود نازکت آزرده گزند مباد

سلامت همه آفاق در سلامت توست

به هیچ عارضه شخص تو دردمند مباد



برای ارتباط با ما
و بیان نقطه نظرات ارزشمندتون

fnm-ceo@sina.tums.ac.ir

فراکارآموزی

تازه شروع شده...