



TEHRAN UNIVERSITY
OF
MEDICAL SCIENCES

کارآموزی

فراکارآموزی

دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران
شماره دوم



شناسنامه نشریه

کارآموزی پلاس - فراکارآموزی



زمان مطالعه: حدود 1۰ ثانیه

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

صاحب امتیاز: دکتر سیه پور تقی
عضو هیات علمی گروه سلامت جامعه و سالمندی

معاون سردبیر: پگاه خلیفه زاده
کارشناس پرستاری

سردبیر نشریه: دکتر غزاله سلیقه دار
دانشجوی دکتری پرستاری / داخلی - جراحی

طراح و گرافست: محمدامین عبداللہی
دانشجوی کارشناسی پرستاری



فهرست افراد همکار در این شماره:

- * خانم دکتر لیلا صیادی (مهمان انتقال تجربه اساتید)
- * آقای شایان محمودی (مهمان انتقال تجربه دانشجویان)
- * خانم شبنم رشیدی
- * خانم رقیه ملکی
- * خانم شهرزاد نفیسی

شماره و تاریخ انتشار:

شماره دوم
مهرماه ۱۴۰۵

راه های ارتباطی نشریه:

آدرس راینامه
FNM-CEO@SINA.TUMS.AC.IR

وابستگی سازمانی:

دانشگاه علوم پزشکی تهران
دانشکده پرستاری و مامایی



زمان مطالعه : حدوداً ۱۰ ثانیه

فهرست مطالب

۴

* معرفی بیمارستان مهدی کلینیک

۵

* فوت کوزه گری | IV THERAPY

۶

* انتقال تجربه اساتید

۷

* انتقال تجربه دانشجویان

۸

* منشور حقوق بیمار

۹

* مسابقه عکاسی



معرفی بیمارستان مهدی کلینیک



آدرس

تهران، انتهای بلوار کشاورز، خیابان دکتر قریب،
مجتمع بیمارستانی امام خمینی(ره)، ساختمان شیشه
ای کلینیک مهدی

نحوه دسترسی

نزدیک‌ترین ایستگاه مترو به کلینیک مهدی، ایستگاه
مدافعان سلامت در خط 7 مترو تهران است. پس از
خروج از ایستگاه از درب دانشکده پرستاری و مامایی
خارج شوید و در امتداد گذرگاه چمران، وارد خیابان
باقرخان شوید. سپس از درب شمالی مجتمع
بیمارستانی امام خمینی(ره) وارد مجموعه شوید. پس
از ورود، اولین خروجی در سمت راست به کلینیک
مهدی منتهی می‌شود.

زمان مطالعه: حدود ۱۸۰ ثانیه



کلینیک مهدی، زیرمجموعه دانشگاه علوم پزشکی تهران است و در کنار بیمارستان‌های امام خمینی(ره)، ولیعصر(عج) و انستیتو کانسر
یکی از چهار بیمارستان اصلی مجتمع بیمارستانی امام خمینی(ره) را تشکیل می‌دهد.



پروژه کلینیک مهدی در 23 آبان 1390 به‌عنوان یک مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی در محوطه مجتمع بیمارستانی امام خمینی(ره)
آغاز شد. اجرای این پروژه با مشارکت دولت، دانشگاه علوم پزشکی تهران، خیرین و بخش خصوصی ادامه یافت. در نهایت، کلینیک
مهدی در اسفند 1401 به‌طور رسمی افتتاح شد.



بنای کلینیک مهدی با 18 طبقه، در محل اورژانس قدیم مجتمع امام خمینی(ره) ساخته شد. این مجموعه در حال حاضر نیز دارای 2
بخش اورژانس مجهز با 110 تخت است. وجود پد فرود بالگرد در بام بیمارستان نیز امکان انتقال سریع بیماران بدحال و اورژانسی را
فراهم می‌کند.



یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های کلینیک مهدی، ترکیب درمان، آموزش، پژوهش و فناوری در قالب یک مجموعه بزرگ و هوشمند است.
استفاده از زیرساخت‌های هوشمند و استانداردهای نوین ساختمانی، وجود اتاق‌های عمل هیبرید و فراهم کردن امکان آموزش هم‌زمان
با انجام جراحی، از جمله ویژگی‌های برجسته این مرکز به شمار می‌رود.



در پی مصوبات شورای مدیریت آموزش بالین و با توجه به نتایج بازدیدهای میدانی و رایزنی‌های انجام شده در مردادماه 1405،
دسترسى دانشجویان به برخی از فضاهای آموزشی و مطالعاتی مجتمع بیمارستانی امام خمینی(ره) تسهیل شد.
بر این اساس، کلاس‌های آموزشی کلیه بخش‌های بیمارستان امام خمینی(ره) و نیز کلاس‌های واقع در طبقه چهاردهم کلینیک مهدی،
با هماهنگی قبلی اساتید با مسئول آموزش یا سرپرستاران، برای استفاده تمامی دانشجویان، از جمله دانشجویان پرستاری، در
دسترس خواهد بود.



همچنین کتابخانه طبقه چهاردهم کلینیک مهدی برای دانشجویان پرستاری و دانشجویان عرصه‌ای که در این مرکز شیفت در گردش
دارند، با ارائه نامه ممه‌ور به مهر دفتر ارتقای آموزش بالینی پرستاری قابل استفاده است. دانشجویان تحصیلات تکمیلی نیز می‌توانند
از این ظرفیت مطالعاتی بهره‌مند شوند.

شماره تماس مجتمع:



021-61190

فوت کوزه گری

IV LINE | رگ گیری



زمان مطالعه: حدود ۱۵ دقیقه

یکی از مهارت‌های پایه در پرستاری و فوریت‌های پزشکی است (Intravenous Cannulation) IV line رگ‌گیری یا که برای ورود مستقیم داروها، سرم‌ها، خون و مایعات به داخل جریان خون استفاده می‌شود. این روش باعث اثر سریع‌تر داروها و دسترسی آسان به سیستم وریدی بیمار می‌شود.



نکات کلیدی پایانی برای پرستاران

* ایمنی و ارزیابی مسیر وریدی:

- * انتخاب ورید مناسب مهم‌تر از سرعت عمل در رگ‌گیری است.
- * مشاهده برگشت خون به‌تنهایی نشانه کافی برای سلامت مسیر نیست و باید محل از نظر نفوذپذیری و جریان مناسب بررسی شود.
- * در صورت شک به نشت دارو یا مایع، تزریق نباید ادامه یابد.
- * pH داروهای پرخطر (وزیکانت، محرک یا با بالا/پایین) نیازمند دقت بیشتری در انتخاب مسیر وریدی هستند.
- * ارزیابی مداوم محل آنژیوکت بخش مهمی از ایمنی بیمار و پیشگیری از عوارض است.

* فوت‌های کاربردی در رگ‌گیری:

- * هیدراته کردن بیمار قبل از رگ‌گیری (در صورت امکان) رگ‌ها را بهتر نمایان می‌کند.
- * گرم کردن موضع (مثلاً ساعد) باعث گشاد شدن وریدها می‌شود.
- * دست غالب بیمار معمولاً رگ‌های مقاوم‌تری دارد.
- * همیشه از پایین به بالا رگ را انتخاب کنید (مچ و دورسال دست ← ساعد ← آرنج)
- * رگی را انتخاب کنید که صاف، قابل لمس، بلند و بدون پیچ‌خوردگی باشد.
- * آرامش دست و سرعت کم = موفقیت بیشتر
- * از نواحی دارای التهاب، عفونت یا اسکار اجتناب کنید.
- * اگر یک بار موفق نشدید، همان نقطه را تکرار نکنید.



نکته طلایی:

انتخاب صحیح مسیر وریدی، آرامش دست و ارزیابی مداوم محل آنژیوکت، سه پایه مهم برای رگ‌گیری ایمن و موفق هستند.

انتقال تجربه اساتید

زمان مطالعه: حدود ۳۰۰ ثانیه



مصاحبه با دکتر صیادی



دکتر لیلا صیادی
عضو هیئت علمی گروه داخلی و جراحی

شاید برای بسیاری از ما، شنیدن تجربه‌های یک استاد، از خواندن ده‌ها صفحه کتاب، پرمعنی‌تر و ماندگارتر باشد به‌همین دلیل، این بار سراغ دکتر صیادی رفته‌ایم تا از نگاه او به زندگی، موفقیت، شکست و جهان اطراف بشنویم؛ اینکه چگونه یک دانشجوی پرستار می‌تواند با برنامه و پشتکار، آینده‌ی خودش را بسازد. در ادامه‌ی این گفت‌وگو نیز نگاهی خواهیم داشت به یکی از حساس‌ترین کارآموزی‌های بالینی (نفرولوژی و اورولوژی) و مرور خواهیم کرد که یک دانشجو دقیقاً چه چیزهایی را باید در این دوره بیاموزد و رعایت کند. امید که این مصاحبه، هم انگیزه‌بخش باشد و هم راهگشای مسیر یادگیری.

در بخش نخست این گفت‌وگو، از نگاه ایشان به جهان پیرامون پرسیده‌ایم؛ اینکه چگونه سال‌ها برنامه‌ریزی و پشتکار، انسانی را از یک دانشجوی پرستار به مرتبه‌ی علمی ارشد می‌رساند و چطور پیروزی‌ها و شکست‌ها، هرکدام نقشی حیاتی در ساختن شخصیت حرفه‌ای ما دارند. در ادامه نیز سراغ یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های این روزهای دانشجویان رفته‌ایم و از ایشان خواسته‌ایم تا مهم‌ترین انتظارات، مهارت‌های کلیدی و نکات طلایی کارآموزی نفرولوژی و اورولوژی را برایمان مرور کنند؛ دوره‌ای که شناخت عمیق آن، نه‌تنها درک ما از سیستم پالایشی بدن را متحول می‌کند، بلکه نقش مستقیمی در ارائه‌ی مراقبتی ایمن و مؤثر به بیماران دارد.

بخش اول: زندگی شخصی

لطفاً از خودتان بگویید؛ کجا درس خواندید؟ در مقاطع مختلف چه رشته‌ای خواندید؟ در حال حاضر در نقطه‌ای هستید که ۱۰ سال گذشته انتظار داشتید که باشید؟ (با توجه اینکه به تازگی به رتبه استاد تمامی پرستاری دست یافتید)

من صیادی هستم. در دبیرستان رشته‌ی علوم تجربی خواندم و مقطع کارشناسی پرستاری را در دانشگاه علوم پزشکی اصفهان گذراندم. تمام مقاطع تحصیلی من (کارشناسی، ارشد و دکتری) در رشته‌ی پرستاری بوده است. درباره‌ی این که آیا در نقطه‌ای هستم که ده سال پیش انتظار داشتم، پاسخ من «بله» است. زندگی کاری و حرفه‌ای نیز نیاز به برنامه‌ریزی دارد و رسیدن به اهداف، تابع برنامه‌هایی است که اجرا می‌کنیم. البته شرایط بیرونی می‌توانند برنامه‌ها را تسریع یا کند کنند، اما پشتکار و تدابیر تأثیر چشمگیری در رسیدن به اهداف دارند.

جهان را چگونه می‌بینید؟ اصلاً جهان برای شما چه رنگی دارد؟ (منظورم دیدگاه و جهان‌بینی‌تان است). به نظر شما، حضور در جایگاه هیئت علمی و ارتقای مرتبه، چه تأثیری بر این جهان‌بینی گذاشته است؟
شاید جهان را بتوانیم طیفی از رنگ‌ها بدانیم؛ رنگ‌هایی که بسته به شرایط می‌توانند تغییر کنند. ارتقای مرتبه‌ی علمی بر نوع و کیفیت مسئولیتی که بر عهده‌ی ما گذاشته شده، تأثیر دارد. در این شرایط، ما نه‌تنها پاسخگوی کارهای خودمان هستیم، بلکه در خصوص ارتقای رشته، عملکرد دانشجویان و تأثیر عملکرد خود بر جامعه نیز باید پاسخگو باشیم.

پیروزی‌ها و شکست‌ها تا چه اندازه بر زندگی ما تأثیرگذار هستند؟
پیروزی و شکست، دو روی سکه‌ی زندگی هستند. پیروزی اعتمادبه‌نفس ما را افزایش می‌دهد و شکست، مسیرهای واقعی‌تر را به ما نشان می‌دهد و به ما درس می‌دهد. اما نه پیروزی باید ما را مغرور کند و نه شکست باید ما را ناامید کند. به‌هرحال، زندگی مانند بازی مار و پله است؛ باید ادامه داد و ناامید نشد تا به موفقیت رسید.

بخش دوم: کارآموزی

انتظارات کارآموزی نفرولوژی و اورولوژی چیست؟ هدف اصلی و مهم‌ترین آموخته‌ای که دانشجویان باید از این دوره کسب کنند، کدام است؟
در کارآموزی کلیه و مجاری ادراری، علاوه بر ارتقای مهارت‌های پایه که در تمامی بخش‌ها بر آن تأکید می‌شود، بحث استدلال بالینی مطرح است؛ یعنی دانشجو باید به عنوان یک متفکر بالینی عمل کند. در این بخش، بیماری‌هایی مطرح می‌شوند که با یکی از حیاتی‌ترین سیستم‌های بدن یعنی سیستم تنظیم مایعات و الکترولیت‌ها در ارتباط هستند.

بنابراین، تمامی مراقبت‌های مرتبط با اختلالات مایعات و الکترولیت‌های بدن، کنترل و مراقبت از کاتترها و فیستول‌ها در این بخش مد نظر قرار می‌گیرد. به‌طور خلاصه، مهم‌ترین سرفصل‌های آموزشی این کارآموزی عبارتند از:

تفسیر آزمایشات: تفسیر ساده‌ی آزمایشات کلیوی (خون و ادرار) و ارتباط آن‌ها با بالین بیمار
مراقبت‌های تغذیه‌ای و روانی: رژیم غذایی بیماران، حمایت روانی و آموزش به بیمار و خانواده
پیشگیری و کنترل عفونت

مراقبت‌های دارویی: آشنایی با داروهای پرکاربرد در این بخش‌ها

افزون بر این، مراقبت‌های قبل و بعد از عمل‌های جراحی مرتبط با کلیه و مجاری ادراری نیز مورد تأکید ویژه قرار می‌گیرد.

چه نکته‌ای مهم‌ترین موضوعی است که دانشجویان باید در این کارآموزی رعایت کنند؟

مهم‌ترین نکته‌ای که باید در این کارآموزی توسط دانشجویان مد نظر قرار گیرد، این است که کلیه و مجاری ادراری را به‌عنوان یک ارگان جداگانه در نظر نگیرند؛ بلکه عضوی در نظر بگیرند که به‌عنوان پالایشگاه مرکزی بدن است و اختلال در آن، تعادل کل بدن را بر هم می‌زند.

انتقال تجربه دانشجویان

زمان مطالعه : حدود ۳۰۰ ثانیه



مصاحبه
با شایان محمودی



شایان محمودی
کارشناس ارشد پرستاری اورژانس

“مسیر زندگی همیشه پر از بالا پایینه و همیشه یه سری گلوگاه‌ها هست که باید در اون‌ها تصمیم سخت گرفت”

به خصوص توی جامعه امروز و با افزایش آگاهی و علم در دسترس برای جامعه (فارغ از این‌که واقعا به دنبالش می‌ریم یا نه) ارزش و جایگاه تحصیل آکادمیک نسبت به اونچه که در گذشته بود در حال تغییر و تحول، بنابراین ما دانشجویهایی رو داریم که آگاه‌ترین، توانمندترین اما لزوماً اندازه‌ی نسل‌های گذشته دلبسته‌ی علم نیستن چرا که می‌دونن در معادله‌ی موفقیت ده‌ها متغییر جدید اضافه شده و ذهن انسان به خصوص در جوانی میل به این داره که روی یک مسیر تمرکز نکنه .



ولی از نظر من حتی با تمام این تفاسیر، تحصیل و دانشگاه چیزی فراتر از یه متغییر ساده در مسیر موفقیت، دانشگاه و علمی که در دانشگاه کسب می‌کنید در حقیقت یه تبلوری از زندگی شماست، یکی از اساتید ما (استاد جونبخش، گروه اطفال دانشگاه اصفهان) همیشه می‌گفت "زندگی یه موج سینوسی" ، که هر چی بیشتر پیش رفته بیشتر به این پی بردم که چه تمثیل زیبایی، شما در دانشگاه همین بالا پایین‌ها رو تجربه می‌کنید و هر چقدر بیشتر بخواید به زندگی در دانشگاه ادامه بدید این بالا پایین‌ها رو در زندگی خودتون بیشتر می‌کنید، اما دانشگاه به شما یاد می‌ده چطور اهدافتون پیدا کنید، چطوری ناامید نشید و به توانایی‌های واقعی خودتون پی ببرید .



برای همین من هرگز صرفاً از پرستاری صحبت نمی‌کنم و همیشه به دانشجویها می‌گم دانشگاه محیط دوست داشتنی‌ایه و جاییه که زندگی رو یاد می‌گیرید. من در دانشگاه با همسرم آشنا شدم، محل زندگیم رو انتخاب کردم و براش تلاش کردم، فهمیدم از زندگیم چی می‌خوام و یه جایی فهمیدم که دوست دارم در چه مسیری به تلاش ادامه بدم . (چیزی که در نهایت من رو از مسیر کادر درمان جدا کرد و من امروز رابط مدیکال در یک شرکت دارویی هستم)



هدف از این دلنویسته هم همین بود که به عنوان کسی که در این سیستم زندگی کرده، درس خونده، تلاش کرده، یک جاهایی ناامید شده و هنوز هم خیلی از کمال و به نتیجه رسیدن دوره، دیدگاهی رو بهتون بدم که کمتر شنیده یا دیده شده، جایی که موفقیت فقط منوط به یک چیز نیست و موجی که در نهایت از منفی روی مثبت‌ها هم میاد .

مانا باشید - شایان محمودی



منشور حقوق بیمار

۱ بخش ۱: دریافت مطلوب خدمات سلامت

- خدمات محترمانه، عادلانه، سریع
- بدور از تبعیض
- توجه به شرایط خاص: کودک، ناشنوا، زبان بیگانه
- خدمات اورژانس بدون هزینه



۲ بخش ۲: ارائه اطلاعات کافی و مطلوب

- هزینه‌ها، بیمه‌ها
- کادر درمان و مسئولیت‌ها
- عوارض و روش‌های جایگزین
- دسترسی به پزشک و آموزش آموزنده، به مان آموزشی
- هم‌ترده‌های اطلاعات پرونده



۳ بخش ۳: حق انتخاب و تصمیم‌گیری آزادانه

- انتخاب پزشک معالج
- انتخاب مرکز خدمات و نظر دوم
- شرکت در پژوهش
- قبول یا رد درمان پیشنهادی
- همراهی افی فرد معتمد



۴ بخش ۴: رازداری و احترام به حریم خصوصی

- احترام به حریم خصوصی
- رازداری اطلاعات پزشکی
- دسترسی فقط برای بیمار و گروه درمان مجاز
- زمان کافی جهت تصمیم‌گیری



۵ بخش ۵: دسترسی به نظام رسیدگی به شکایات

- همراهی فرد معتمد
- حق شکایت بدون اختلال در خدمات
- پیگیری شکایت در مراجع ذی‌صلاح
- آگاهی از نتایج رسیدگی



بهداشت دست در مراکز درمانی: نجات جان‌ها با دستان پاک

۱ بخش ۱: قانون ۳۰-۴۰ ثانیه: استاندارد هند راب (Hand Rub)



- قانون طلایی: حداقل زمان مالش ۳۰ تا ۴۰ ثانیه
- تا زمان خشک شدن کامل محلول مالش ادامه یابد
- موثر بر روی ۹۹.۹٪ میکروب‌ها

۲ بخش ۲: قانون «۵ بار هند راب، ۱ بار هندواش»



- پس از هر ۵ بار استفاده متوالی از هندراب، دستان خود را با آب و صابون بشویید
- حذف هاگ‌ها (مانند C. difficile) با آب و صابون
- در صورت آلودگی مری، بلافاصله بشویید

۳ بخش ۳: مراحل ۶ گانه بهداشت دست

مشترک برای هند راب و هندواش

۱. کف به کف
۲. پشت دست‌ها
۳. پشت انگشتان
۴. بین انگشتان
۵. شست‌ها
۶. نوک انگشتان و ناخن‌ها

بهداشت دست: روش صحیح شستشوی دست با آب و صابون (Hand Wash)

۱ بخش ۱: قانون ۴۰-۶۰ ثانیه



- شستشو با آب و صابون باید بین ۴۰ تا ۶۰ ثانیه طول بکشد
- برای موثر بودن، تمام مراحل باید به درستی انجام شود

- این زمان برای حذف هاگ‌ها (مانند C. difficile) ضروری است
- تنها زمانی که دست‌ها با آب و صابون شسته می‌شوند، هاگ‌ها حذف می‌شوند

۳ مراحل ۶ گانه شستشوی دست

۱. کف به کف
۲. پشت دست‌ها
۳. پشت انگشتان
۴. بین انگشتان
۵. شست‌ها
۶. نوک انگشتان و ناخن‌ها



اطلاعیه برگزاری مسابقه ثبت تصویر پرستاری به مناسبت گرامیداشت روز پرستار



زمان مطالعه: حدود ۱۸۰ ثانیه



در راستای اهداف نشریه «کارآموزی پلاس» در زمینه انعکاس جلوه‌های ارزشمند حرفه پرستاری و ثبت لحظات ماندگار از عرصه آموزش و مراقبت، مسابقه «ثبت تصویر پرستاری» به مناسبت روز پرستار برگزار می‌شود

موضوع مسابقه: ثبت لحظاتی از همراهی، مراقبت، آموزش، همدلی و نقش‌آفرینی پرستاران در محیط‌های بالینی و آموزشی



ویژگی‌های تصویر ارسالی:

- * تصویر باید مرتبط با حرفه پرستاری و دارای پیام مشخص باشد
- * کیفیت مناسب و وضوح تصویر الزامی است
- * عکس می‌تواند مستند، خلاقانه یا هنری باشد
- * رعایت اصول اخلاق حرفه‌ای، محرمانگی اطلاعات بیماران و اخذ رضایت در تصاویر دارای چهره افراد الزامی است

شرایط شرکت در مسابقه:

- * ارسال نام و نام خانوادگی، شماره تماس، محل فعالیت/تحصیل و عنوان پیشنهادی تصویر الزامی است
- * تصاویر باید توسط فرد شرکت‌کننده ثبت شده باشد و استفاده از تصاویر دیگران مجاز نیست
- * آثار منتخب با ذکر نام صاحب اثر در نشریه «کارآموزی پلاس» معرفی و منتشر خواهد شد

از تمامی دانشجویان، اعضای هیئت علمی، پرستاران و علاقه‌مندان دعوت می‌شود با ارسال تصاویر خلاقانه و تأثیرگذار خود از دنیای پرستاری، در این رویداد مشارکت نمایند

نحوه ارسال : ارسال به رایانامه
FNM-CEO@SINA.TUMS.AC.IR

صدایتان را شنیدیم!



کارآموزی من یاد دار
حضور همون ترخوارنه
خودم با بیماران راضع
غم

با سلام
در تمام کارآموزی اثر حرکت نمون اردوهای
مجموعی و تفریحی به مناسبت محرم رفته و جشن
نوروز را انجام دهنیم (اصطوری) مهارت‌هایی
که فراوانی برایم صدیقان می‌شود (شسته)
از این تجربه‌ها می‌توانم

به امید درخت که اخلاص بین‌الملل در
آباد شود و گسترش یابد این با من...

صدایتان را شنیدیم!

انگیزه ما در ادامه این مسیر
با بازخورد های ارزشمند شما
روز به روز تقویت خواهد شد.

آه ای طیب دل من دمان بیماری ام کن
درپای تور فتم از دست فکر پرستاریم کن